don Miguel Ruiz
don Jose Ruiz

O carte
a înțelepciunii toltece

Al Cincilea Legământ

împreună cu Janet Mills

Ghid practic pentru cunoașterea de sine

FII IMPECABIL ÎN TOT CEEA CE SPUI

Vorbește deschis. Nu spune decât ceea ce crezi cu adevărat. Evită folosirea cuvintelor pentru a te critica sau pentru a-i bârfi pe ceilalți oameni. Folosește-te de puterea cuvintelor tale numai pentru a răspândi iubirea și adevărul.

NU INTERPRETA NIMIC LA MODUL PERSONAL

Nimic din ceea ce fac ceilalți nu are vreo legătură cu tine. Tot ce spun și fac ei este o proiecție a propriei lor realități subiective. Dacă vei deveni imun la opiniile și la acțiunile celorlalți oameni, nu vei mai fi victima unei suferințe inutile.

NU FACE PRESUPUNERI INUTILE

Găsește-ți curajul de a pune întrebări deschise și de a exprima exact ceea ce îți dorești. Comunică cât mai clar cu ceilalți, pentru a evita neînțelegerile, tristețea și dramele. Acest legământ este suficient în sine pentru a-ți transforma în totalitate viața.

FĂ ÎNTOTDEAUNA TOT CE ÎȚI STĂ ÎN PUTERI

Potențialul tău maxim se schimbă de la o clipă la alta. El are un anumit nivel atunci când ești sănătos și un cu totul alt nivel atunci când ești bolnav. Indiferent de circumstanțele prin care treci, fă întotdeauna tot ce îți stă în puteri. În acest fel, vei evita autocritica inutilă, autocondamnarea și regretele.

FII SCEPTIC, DAR ÎNVAȚĂ SĂ ASCULȚI

Nu crede ce îți spune propria ta minte, și cu atât mai puțin ce îți spun ceilalți. Folosește-te de puterea îndoielii pentru a-ți pune întrebări referitoare la toate informațiile primite. Este oare acesta adevărul absolut? Ascultă intenția care se ascunde în spatele cuvintelor și vei înțelege mai ușor mesajul real pe care îl transmit ele.

Al Cincilea Legământ

Ghid practic pentru cunoaşterea de sine

O carte a înţelepciunii toltece

AL CINCILEA LEGĂMÂNT

DON MIGUEL RUIZ

DON JOSE RUIZ

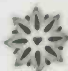
împreună cu **Janet Mills**

Traducerea din limba engleză:
Cristian Hanu







ADEVĂR  DIVIN

Braşov, 2010

Editura ADEVĂR DIVIN

Brașov, Str. Zizinului, nr. 48, parter, ap. 7,
cod 500414, O.P. 12
Mobil: 0722.148.983 *sau* 0727.275.877;
Telefon / Fax: 0368.462.076 *sau* 0268.324.970
E-mail: contact@divin.ro *sau* contact@secretul.tv
Pe site-ul editurii găsiți și alte cărți pentru suflet:
www.divin.ro
Site: **www.secretul.tv**
Yahoo! Group: **adevardivin**

Originally published as „The Fifth Agreement: A Practical Guide to Self-Mastery" written by Miguel Angel Ruiz, M.D., Jose Luis Riuz, and Janet Mills.
Original U.S. Publication 2010 Amber-Allen Publishing, Inc. U.S.A.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
RUIZ, MIGUEL
Al cincilea legământ: o carte a înțelepciunii toltece: ghid practic pentru cunoașterea de sine / Don Miguel Ruiz, Don Jose Ruiz, împreună cu Janet Mills; trad.: Cristian Hanu. - Brașov: Adevăr Divin, 2010
ISBN 978-606-8080-22-2

I. Ruiz, Jose
II. Mills, Janet
II. Hanu, Cristian (trad.)
299.77(72)

Editor: Cătălin PARFENE
Corectură: Elena MÁLNAI
Tehnoredactare și copertă: Elena DAVID

Tipar: S.C. Gridsolo Print Company S.R.L.
Tel. / Fax: 0268.313.355 | www.gsprint.ro

Pentru fiecare ființă umană care trăiește pe
această frumoasă planetă
și pentru generațiile care vor urma.

CUPRINS

Partea a II-a – PUTEREA ÎNDOIELII



Mulţumiri

Autorii doresc să îşi exprime recunoştinţa sinceră şi să le mulţumească următoarelor persoane: Janet Mills, care este mama acestei cărţi; Judy Segal, pentru iubirea şi sprijinul ei; Ray Chambers, pentru că le-a iluminat calea; Oprah Winfrey şi Ellen DeGeneres, pentru că au împărtăşit mesajul *Celor Patru Legăminte* cu atât de mulţi oameni; Ed Rosenberg şi generalul-maior Riemer, pentru că au introdus *Cele Patru Legăminte* în programul de pregătire al forţelor aeriene ale Statelor Unite; Gail Mills, Karen Kreiger şi Nancy Carleton, pentru că şi-au consacrat timpul şi energia publicării acestei cărţi; în sfârşit, Joyce Mills, Maiya Champa, Dave McCullough, Theresa Nelson şi Shkiba Samimi-Amri, pentru dedicaţia lor şi pentru sprijinirea răspândirii mesajului toltecilor.



Toltecii

Cu mii de ani în urmă, toltecii erau cunoscuți în sudul Mexicului ca „oameni ai cunoașterii". Antropologii îi descriu ca pe o națiune sau o rasă, dar în realitate toltecii erau oameni de știință și artiști care au alcătuit o societate în scopul de a explora și de a conserva cunoașterea și practicile spirituale ale strămoșilor lor. Se adunau împreună, maeștri *(naguali)* și adepți, la Teotihuacan, orașul antic alcătuit din piramide și situat lângă Mexico City, cunoscut și sub numele de locul în care „omul devine Dumnezeu".

De-a lungul mileniilor, *nagualii* au fost siliți să ascundă înțelepciunea ancestrală și să o transmită pe cale ocultă. Cucerirea lor de către europeni, la care s-a adăugat folosirea greșită a puterii personale de către o parte din discipoli, i-a silit să ascundă cunoașterea de cei care nu erau pregătiți să o aplice cu înțelepciune sau care ar fi putut-o folosi în scopuri personale și egoiste.

Din fericire, cunoaşterea ezoterică toltecă nu s-a pierdut, ci s-a transmis din generaţie în generaţie prin mai multe linii de *naguali*. Deşi a rămas învăluită în mister timp de sute de ani, profeţiile străvechi au prezis sosirea unei epoci în care oamenii se vor întoarce la înţelepciune. La ora actuală, don Miguel Ruiz, un *nagual* din ordinul Cavalerilor Vulturului, a fost ghidat de inspiraţie să împărtăşească împreună cu noi marile învăţături ale toltecilor.

Cunoaşterea toltecilor s-a născut din aceeaşi unitate esenţială a adevărului care caracterizează toate marile tradiţii ezoterice de pe acest pământ. Deşi nu este o religie, ea pune la loc de cinste toţi maeştrii spirituali care şi-au răspândit vreodată învăţăturile pe planeta noastră. Deşi vorbeşte despre spirit, cel mai bine poate fi caracterizată ca o cale a vieţii, a fericirii şi a iubirii.



Introducere
de don Miguel Ruiz

Cartea *Cele Patru Legăminte* a fost publicată cu mulţi ani în urmă. Dacă ai citit această carte, înseamnă că ştii deja care sunt aceste legăminte. Ele au capacitatea de a-ţi transforma viaţa prin transcenderea miilor de legăminte limitatoare pe care le-ai făcut, cu tine însuţi, cu alţi oameni şi cu viaţa însăşi.

Prima dată când citeşti *Cele Patru Legăminte*, acestea încep să se activeze în tine. Efectele lor magice sunt mult mai profunde decât cuvintele pe care le citeşti. Multor cititori li se pare că ştiau deja aceste lucruri, că le intuiau, chiar dacă nu erau capabili să le transpună în cuvinte. Prima lectură a cărţii îţi zdruncină din temelii vechile convingeri şi te conduce la limita înţelegerii. Cartea te ajută să renunţi la multe din legăminte limitatoare pe care le-ai făcut cu tine însuţi sau cu ceilalţi oameni şi să depăşeşti

astfel numeroase provocări. Acestea din urmă sunt înlocuite însă cu alte provocări. Atunci când citeşti cartea a doua oară, ţi se pare că citeşti o altă carte, complet diferită de prima, întrucât limitele capacităţii tale de înţelegere sunt altele. Orizontul tău s-a extins. Noua lectură te conduce către o cunoaştere mai profundă de sine, în funcţie de noile limite atinse. Atunci când citeşti cartea a treia oară, se petrece acelaşi fenomen.

Ca prin magie (întrucât *chiar sunt* magice), Cele Patru Legăminte te ajută să îţi descoperi gradat sinele autentic. Odată cu practica, aceste legăminte simple te conduc către revelarea *adevăratei* tale esenţe, care este diferită de imaginea pe care ţi-ai construit-o, şi exact acesta este scopul: să devii cel care eşti cu adevărat.

Principiile descrise de *Cele Patru Legăminte* se adresează tuturor oamenilor, de la cei mai tineri şi până la cei mai bătrâni. Ele nu pot fi înţelese însă decât la nivelul inimii. Aceste principii se adresează în egală măsură oamenilor care aparţin celor mai variate culturi ale lumii, care vorbesc limbi diferite şi care au convingeri filozofice şi religioase diferite. Ele pot fi predate inclusiv în şcoli, de la clasele elementare şi până la licee şi universităţi. Principiile din *Cele Patru Legăminte* pot fi înţelese cu uşurinţă de orice om, pentru simplul motiv că se adresează înainte de toate bunului simţ.

Considerăm că a sosit timpul să îţi facem un nou cadou: *Al Cincilea Legământ*. Nu am inclus acest al

Cincilea Legământ în prima mea carte pentru simplul motiv că primele patru legăminte erau suficiente pentru a produce în tine o schimbare. La fel ca primele legăminte, al Cincilea Legământ este alcătuit din cuvinte, dar adevărata lui semnificaţie transcende cu mult aceste cuvinte. În ultimă instanţă, el se referă la perceperea realităţii din jur prin ochii adevărului, *dincolo* de cuvinte. Rezultatul practicării celui de-al Cincilea Legământ este deplina acceptare de sine, exact aşa cum eşti, dar şi deplina acceptare a tuturor celorlalţi, exact aşa cum sunt. Răsplata la care conduce această practică este fericirea eternă.

Cu mulţi ani în urmă, am început să le predau ucenicilor mei o parte din conceptele descrise în această carte. Am fost nevoit însă să renunţ destul de repede, întrucât nimeni nu părea să înţeleagă ce le spuneam. Deşi le-am împărtăşit adepţilor mei cel de-al Cincilea Legământ, am descoperit că aceştia nu erau pregătiţi să accepte învăţăturile care stăteau la baza acestuia. Mulţi ani mai târziu, fiul meu, don Jose, le-a împărtăşit aceleaşi învăţături adepţilor săi, şi a reuşit acolo unde eu am dat greş. Unul din motivele succesului său ar putea fi credinţa sa desăvârşită în capacitatea de a transmite acest mesaj. Simpla sa prezenţă era suficientă pentru a transmite adevărul şi pentru a transforma convingerile participanţilor la seminarele sale, şi implicit vieţile lor.

Don Jose Ruiz a fost adeptul meu încă din copilărie, de când a învăţat să vorbească. De aceea, sunt onorat să

îl prezint în această carte pe fiul meu. Împreună, vom prezenta esența învățăturilor pe care le-am predat în ultimii șapte ani.

Pentru ca mesajul să fie cât mai personalizat și pentru a păstra folosirea persoanei întâi care a caracterizat primele cărți din seria Înțelepciunii Toltece, am decis împreună să scriem și această carte, *al Cincilea Legământ*, tot la persoana întâi. De fapt, ne adresăm cititorilor noștri pe aceeași voce, izvorâtă din aceeași inimă.

Partea I



PUTEREA SIMBOLURILOR



1

DE UNDE ÎNCEPEM

Programul explică totul

Din momentul în care se naşte, omul îi prezintă acestei lumi un mesaj. În ce constă acest mesaj? Chiar în *el însuşi*, în copilul care s-a născut. Orice om este un *înger*, un mesager al infinitului născut într-un corp uman. Infinitul sau puterea absolută creează un program pentru fiecare om, iar acest program include toate elementele care îi sunt necesare omului pentru a fi el însuşi. Omul se naşte, creşte, îşi alcătuieşte o familie, îmbătrâneşte, iar în final se întoarce la sânul infinitului. Fiecare celulă din corpul său reprezintă un univers în sine. Ea este inteligentă, completă şi este programată să fie ceea ce este.

Tu eşti programat să fii *tu însuţi*, indiferent cine eşti, iar pentru program nu contează ce *crede* mintea ta că

eşti. Programul nu are nimic de-a face cu mintea gânditoare. El este integrat în corpul fizic, mai exact în ceea ce noi numim ADN. La început, orice om urmează instinctiv înţelepciunea acestui program. Copiii mici ştiu perfect ce anume le place şi ce anume le displace. Ei încearcă în mod natural să facă numai ce le place şi să evite ceea ce le displace. Îşi urmează instinctele, iar acestea îi conduc către fericire, către savurarea vieţii, către joc, către iubire şi către îndeplinirea nevoilor lor fireşti. Ce se întâmplă însă în continuare?

Când corpul copilului începe să se dezvolte, mintea lui se maturizează, iar el începe să folosească simbolurile pentru a-şi transmite mesajele. Aşa cum păsările din aceeaşi specie sau pisicile îşi înţeleg reciproc limbajul, şi oamenii se înţeleg reciproc prin folosirea anumitor simboluri. Chiar dacă s-ar naşte pe o insulă izolată şi ar creşte singur, omul ar ajunge mai devreme sau mai târziu să dea nume tuturor lucrurilor din jurul său. El s-ar folosi de acest limbaj pentru a-şi comunica mesajul, cel puţin sieşi, dacă nu mai are alţi oameni în jur. De ce procedăm noi astfel? Răspunsul este uşor de înţeles, şi asta nu doar din cauza inteligenţei noastre înnăscute, ci pur şi simplu pentru că noi suntem programaţi să ne creăm un limbaj şi să inventăm o întreagă simbolistică, cu ajutorul căreia să comunicăm unii cu ceilalţi.

Oamenii din întreaga lume vorbesc şi scriu în mii de limbi diferite. Ei au inventat tot felul de simboluri, nu doar

pentru a comunica cu alţi oameni, dar şi pentru a comunica cu ei înşişi (lucru chiar mai important). Simbolurile pot fi sunetele pe care le rostim atunci când vorbim, mişcările pe care le facem sau anumite semne grafice de care ne folosim pentru a scrie. Există simboluri pentru obiecte, idei, muzică şi matematică, dar primul pas îl reprezintă întotdeauna simbolurile sonore pe care le învaţă copilul pentru a putea vorbi.

Copilul învaţă aceste cuvinte de la adulţii din jurul său, care au dat deja nume tuturor lucrurilor din realitatea lor. De pildă, copilul află că acest obiect este o *masă*, iar celălalt este un *scaun*. Oamenii au dat nume inclusiv unor obiecte care nu există decât în imaginaţia lor, cum ar fi sirenele şi unicornii. Orice cuvânt pe care îl învăţăm este un simbol al unui concept real sau imaginar. Copilul învaţă astfel de mic mii de cuvinte. Este suficient să observăm copiii cu vârste cuprinse între un an şi patru ani pentru a vedea cât de mare este efortul lor de a învăţa toată această simbolistică. Cu toţii am depus cândva acest efort, chiar dacă nu ne mai aducem aminte de el, întrucât mintea noastră nu era suficient de matură atunci când l-am făcut. Prin repetiţie şi practică, copilul învaţă în cele din urmă să vorbească.

După ce copilul a învăţat să vorbească, adulţii care au grijă de el îl învaţă tot ceea ce ştiu, transferându-i astfel o cunoaştere programată, care include toate regulile sociale, religioase şi morale ale culturii în care trăiesc. Ei

captează atenția copilului și îi transmit diferite informații, învățându-l să devină la fel ca ei. Altfel spus, copilul învață cum să se integreze în societatea în care s-a născut, cum să se comporte „corect“ în această societate, respectiv cum să fie un om „bun“.

Pe scurt, copilul este dresat la fel ca un câine, ca o pisică sau ca un alt animal de casă, printr-un sistem educativ în care răsplata alternează cu pedeapsa. El află că este un *băiețel cuminte* sau o *fetiță cuminte* dacă face ceea ce îi spun adulții să facă, respectiv că este un *băiețel rău* sau o *fetiță rea* dacă nu face aceste lucruri. Uneori, copilul este pedepsit chiar dacă nu face nimic rău, iar alteori este răsplătit chiar dacă nu face nimic bun (conform criteriilor adulților). Din cauza fricii de a nu fi pedepsit sau de a nu rata răsplata, copilul începe să le facă pe plac adulților din jurul său. El încearcă să fie bun, pornind de la premisa că oamenii răi nu primesc nicio răsplată; dimpotrivă, sunt pedepsiți.

Prin acest proces de dresare, copilul învață toate regulile și valorile familiei sale și ale societății în care trăiește aceasta. El nu are nici cea mai mică șansă de a-și alege propriile convingeri. Dimpotrivă, i se spune ce trebuie să creadă și ce nu trebuie să creadă. Adulții din jurul lui îi transmit opiniile lor: ce este bun și ce este rău, ce este corect și ce este greșit, ce este frumos și ce este urât. Ei descarcă toate aceste informații în mintea copilului, care funcționează la fel ca un computer. În inocența lui, copilul

crede tot ce îi spun părinții săi sau ceilalți adulți. El *este de acord* cu aceste informații, pe care le depozitează în memoria sa. În acest fel, informațiile se cristalizează în mintea sa printr-un proces de acceptare, a cărui primă etapă este captarea atenției.

Atenția este extrem de importantă, întrucât reprezintă acea parte a minții care ne permite să ne concentrăm asupra unui obiect sau a unui gând singular dintr-o gamă infinită de posibilități. Prin intermediul atenției, informațiile primite din exterior sunt integrate în minte, și invers. Atenția reprezintă canalul prin care primim și transmitem mesaje de la unul la celălalt. Ea reprezintă puntea de legătură dintre mințile umane, pe care călătoresc tot felul de sunete, semne, simboluri și alte informații ale simțurilor, respectiv toate evenimentele care ne captează atenția. Acesta este mecanismul prin care învățăm, dar și prin care le predăm altora anumite informații. Noi nu putem învăța pe altcineva ceva dacă nu îi captăm mai întâi atenția. La fel, nu putem învăța noi înșine ceva dacă nu suntem atenți.

Prin folosirea acestui mecanism, adulții îi învață pe copii cum să își creeze o întreagă realitate în mintea lor, cu ajutorul simbolurilor. După ce a învățat limbajul sunetelor, copilul învață limbajul semnelor grafice, care redau în scris limbajul oral. Imaginația și curiozitatea sa încep să se dezvolte, iar el începe să pună întrebări, acumulând informații din toate părțile. Copilul ajunge să stăpânească cu adevărat limbajul numai după ce devine

capabil să folosească aceste simboluri pentru a vorbi cu el însuşi, în mintea sa. Altfel spus, el învaţă astfel să *gândească*. Înainte de acest lucru el nu gândea, ci doar imita sunetele şi se folosea de simboluri pentru a comunica. Viaţa lui era extrem de simplă, întrucât copilul nu ataşa încă semnificaţii şi emoţii acestor simboluri.

După ce învaţă să acorde semnificaţii simbolurilor, copilul începe să se folosească de ele pentru a-şi explica tot ceea ce se întâmplă în viaţa lui. El se foloseşte de aceste simboluri pentru a se gândi la lucrurile reale, dar şi la cele ireale, pe care şi le imaginează ca fiind reale. De pildă, el începe să se gândească la concepte precum frumos sau urât, gras sau slab, deştept sau prost. Aşa cum probabil ai remarcat, noi nu putem gândi decât în limba pe care am învăţat-o perfect. Spre exemplu, multă vreme eu nu am vorbit decât limba spaniolă. De aceea, mi-a luat foarte mult timp ca să pot gândi în limba engleză. Controlul unei limbi nu este deloc uşor, iar măiestria nu este atinsă decât atunci când începe să *gândim* în limba respectivă.

Când începe să meargă la şcoală, la vârsta de cinci sau de şase ani, copilul înţelege semnificaţia unor concepte abstracte precum bine şi rău, corect şi greşit, succes şi eşec, perfect şi imperfect. La şcoală, el continuă să înveţe cum să citească şi să scrie simbolurile pe care deja le cunoaşte, iar limbajul scris îi permite să acumuleze din ce în ce mai multă cunoaştere. El continuă astfel să acorde

din ce în ce mai multe semnificații simbolurilor, iar procesul de gândire din mintea lui devine automat și lipsit de efort.

În această etapă, atenția copilului nu mai trebuie captată neapărat de adulții din jurul lui; simbolurile învățate pot face acest lucru pe cont propriu. Cunoașterea acumulată îi vorbește copilului, iar acesta devine capabil să o asculte. Eu numesc acest mecanism *vocea cunoașterii*, întrucât descrie perfect maniera în care ni se adresează cunoașterea în mintea noastră. Această voce ne vorbește în tonalități diferite. Uneori auzim vocea mamei, alteori vocea tatălui, sau a fraților și surorilor noastre. Cert este că această voce nu mai contenește niciodată cu vorbitul. Această voce nu este reală, ci este creată de noi. Din păcate, noi *credem* că este reală, întrucât i-am dat viață prin puterea credinței noastre, ceea ce înseamnă că noi credem *fără nicio îndoială* tot ceea ce ne spune ea. Prin acest mecanism, opiniile oamenilor din jurul nostru pun stăpânire pe mintea noastră.

Toți cei din jur au o anumită opinie legată de noi, pe care adeseori ne-o transmit. Atunci când sunt foarte mici, copiii nu știu cine sunt. Ei nu se pot cunoaște pe ei înșiși decât prin intermediul unei oglinzi, iar oamenii din jurul lor acționează exact ca o oglindă. De pildă, mama îi spune copilului cine este, iar copilul o crede. Tatăl și frații copilului îi spun cu totul altceva, și el îi crede de asemenea. Adulții îi spun copilului cum arată: „Uite, ai ochii mamei tale și nasul bunicului tău." Copilul ascultă opiniile membrilor

familiei sale, ale profesorilor şi ale celorlalţi copii de la şcoală. El îşi percepe propria imagine prin intermediul acestor opinii şi este de acord cu ea. De îndată ce îşi exprimă acest acord, opiniile celorlalţi devin parte integrantă din sistemul său de convingeri. Încetul cu încetul, ele încep să îi modifice comportamentul, iar mintea sa îşi formează o imagine de sine în funcţie de opiniile celorlalţi: „Sunt frumos; nu sunt foarte frumos. Sunt deştept; nu sunt foarte deştept. Mă îndrept către succes; mă îndrept către eşec. Sunt bun la această activitate; nu sunt bun la acea activitate."

La un moment dat, totalitatea opiniilor părinţilor, profesorilor, religiei şi societăţii îl face pe copil să creadă că trebuie să se comporte într-un anumit fel pentru a fi acceptat. Cei din jur îi spun cum *ar trebui* să fie, cum *ar trebui* să arate, cum *ar trebui* să se poarte. El trebuie să facă *cutare* lucru, dar nu trebuie să facă *cutare* lucru. Dacă aceste opinii primite din exterior nu corespund adevăratului său fel de a fi, copilul începe să pretindă că este ceea ce nu este. În acest fel, teama de a fi respins se transformă în teama de a nu fi suficient de bun. Copilul începe astfel să caute *perfecţiunea*. El îşi formează o imagine a acestei perfecţiuni cu care şi-ar dori să se identifice. El ştie că nu este una cu această imagine, dar şi-ar dori să devină. De aceea, copilul începe să se judece singur în funcţie de ea. El ajunge astfel să se deteste singur, spunându-şi lucruri de genul: „Ce prost eşti! Ce urât eşti!

Eşti gras, eşti scund, eşti slab, eşti prost...". Aşa începe drama existenţei sale. Pentru prima dată, simbolurile învăţate se întorc împotriva lui. Din păcate, copilul nu înţelege acest mecanism, prin care a învăţat singur să se folosească de simboluri pentru a se respinge pe el însuşi.

Înainte de procesul de dresare, copilului nu-i pasă cine este şi cum arată. El are tendinţa înnăscută de a explora, de a-şi exprima creativitatea, de a căuta plăcerea şi de a evita durerea. Atunci când sunt foarte mici, copiii sunt liberi şi greu de controlat. Ei aleargă fără nicio jenă în pielea goală, fără să fie conştienţi de acest lucru şi fără să se judece singuri. Ei rostesc adevărul curat, deoarece cred în el. Atenţia lor este întotdeauna captată de momentul prezent. Ei nu se tem de viitor şi nu se ruşinează de trecutul lor. După ce au fost dresaţi, ei încearcă din răsputeri să fie suficient de buni pentru cei din jur şi ajung să nu se mai considere niciodată suficient de buni pentru ei înşişi, întrucât nu se pot ridica la înălţimea imaginii despre perfecţiune pe care şi-au creat-o singuri.

Noi ne-am pierdut tendinţele naturale în decursul procesului de dresare la care am fost supuşi în copilărie. La ora actuală, noi încercăm să redescoperim ceea ce am pierdut atunci. Ne căutăm libertatea pierdută, întrucât nu ne mai simţim liberi să fim cei care suntem cu adevărat. Căutăm starea de fericire, întrucât nu ne mai simţim fericiţi. Căutăm frumuseţea, întrucât nu mai credem de mult că suntem frumoşi.

Când copilul ajunge la adolescență, corpul său este programat să secrete o serie de substanțe noi, numite *hormoni*. Corpul său fizic nu mai este cel al unui copil și nu mai corespunde modului de viață de până atunci. Adolescentul nu mai este dispus să își asculte părinții spunându-i ce trebuie și ce nu trebuie să facă. El dorește să devină liber, să fie el însuși, dar se teme de acest lucru. Cei din jur îi spun: „Nu mai ești copil", dar el nu se simte încă un adult. De aceea, această perioadă este foarte dificilă. La această vârstă, cei din jur nu mai trebuie să îi spună tânărului ce să facă, întrucât el a învățat deja să se judece singur, să se autopedepsească și să se răsplătească singur în funcție de sistemul de convingeri pe care l-a învățat de mic. Acest proces de dresare este facilitat de anumite culturi din această lume și îngreunat de altele, dar în general nimeni nu scapă de el. Nimeni.

După ieșirea din adolescență, corpul tânărului se maturizează și totul se schimbă din nou pentru el. El începe să caute din nou, dar de data aceasta lucrul pe care dorește să îl găsească este propriul său *sine*. El caută iubirea, întrucât a fost învățat de mic că aceasta există în afara lui. Caută dreptatea, întrucât aceasta nu există în sistemul de convingeri pe care l-a adoptat prin învățare. Caută adevărul, întrucât nu este capabil să creadă decât în cunoașterea depozitată în mintea sa. Și peste toate, continuă să caute perfecțiunea, întrucât a ajuns să creadă, la fel ca toți ceilalți oameni, că „nimeni nu este perfect".



2

SIMBOLURI ŞI LEGĂMINTE

Arta oamenilor

De-a lungul anilor în care am crescut, noi am făcut nenumărate legăminte cu noi înşine, cu societatea şi cu toţi cei din jurul nostru. Cele mai importante dintre acestea sunt legămintele pe care le-am făcut cu noi înşine atunci când am început să înţelegem simbolurile care ne-au fost predate. Aceste simboluri ne spun ce trebuie să credem în legătură cu noi înşine, ce suntem şi ce nu suntem, ce este şi ce nu este posibil. Vocea cunoaşterii ne spune tot ce trebuie să ştim, dar nimeni nu ne poate spune dacă ceea ce cunoaştem noi este adevărat sau nu.

Trecând prin şcoala elementară, liceu şi colegiu, noi acumulăm foarte multă cunoaştere, dar ce ajungem să

cunoaştem de fapt? Ajungem noi să cunoaştem adevărul? Nu, ajungem să cunoaştem doar un limbaj, o simbolistică ce devine adevărată pentru noi numai pentru că *suntem de acord cu ea*, nu pentru că reprezintă adevărul curat. Indiferent de limbajul pe care l-am învăţat şi de locul în care ne-am născut, tot ceea ce cunoaştem noi depinde de legămintele pe care le-am făcut, începând cu simbolurile pe care le-am învăţat.

De pildă, dacă ne-am născut în Anglia, noi am învăţat simbolurile englezeşti. Dacă ne-am născut în China, le-am învăţat pe cele chinezeşti. Înainte de a învăţa însă limba engleză, chineză, spaniolă, germană sau rusă (sau oricare alta), aceste simboluri au valoare pentru noi numai pentru că noi înşine le-am acordat această valoare, fiind de acord cu semnificaţia lor. Fără acceptul nostru, aceste simboluri nu ar avea nicio semnificaţie. Spre exemplu, cuvântul *tree*[1] nu are semnificaţie decât pentru vorbitorii de limbă engleză. Nici chiar pentru aceştia el nu înseamnă nimic până când nu au ajuns să *creadă* că înseamnă ceva, respectiv până când ei nu şi-au exprimat *acceptul* faţă de semnificaţia lui. Oamenii acordă cuvântului „copac" aceeaşi semnificaţie, pentru că altfel nu ar putea comunica între ei. Tot ceea ce afirm eu în această carte poate fi înţeles de tine numai pentru că noi acordăm aceeaşi semnificaţie

---

[1] Copac în limba engleză. *(n. tr.)*

cuvintelor cu care ne-am programat mintea. Desigur, asta nu înseamnă automat că trebuie să fim de acord unul cu celălalt. Semnificația pe care o acordăm noi cuvintelor nu este chiar identică.

Oamenii acordă o semnificație subiectivă cuvintelor, adeseori fără niciun motiv. Ei inventează cuvinte noi, uneori prin asocierea altor cuvinte. Oamenii sunt cei care au inventat sunetele, literele și simbolurile grafice. De pildă, dacă auzim sunetul „A", noi ne spunem: „Acesta este simbolul care corespunde acestui sunet". Îi atașăm apoi un semn grafic, iar simbolul devine pentru noi una cu sunetul. Altfel spus, el capătă o anumită semnificație. Toate cuvintele din mintea noastră au o anumită semnificație, dar nu pentru că ar fi reală, ci pentru noi suntem de acord cu ea. Ea reprezintă un legământ pe care îl facem cu noi înșine, dar și cu ceilalți oameni care învață aceeași limbă (aceeași simbolistică).

Importanța și puterea legămintelor devine foarte evidentă atunci când călătorim într-o altă țară, în care oamenii vorbesc o limbă diferită de a noastră. *Un arbol es solo un arbol, el sol es solo el sol, la tierra es solo la tierra si estamos de acuerdo*[2]. *Ein Baum ist nur ein Baum, die Sonne ist nur die Sonne, die Erde ist nur die Erde, wenn wir uns darauf verstandigt haben.* Un *copac* este doar un

[2] Un copac este doar un copac, soarele este doar soare, pământul este doar pământ, dacă suntem cu toții de acord în această privință. *(n. tr.)*

copac, *soarele* este doar un *soare*, *pământul* este doar *pământ*, dacă suntem de acord în această privință. Aceste simboluri nu au nicio semnificație în Franța, în Rusia, în Turcia, în Suedia sau în alte țări ale lumii, în care consensul referitor la limbajul comun este diferit.

Dacă am învățat limba engleză, iar apoi ne ducem în China, îi auzim pe oameni vorbind, dar nu înțelegem o iotă din ceea ce spun aceştia. Sunetele pe care le auzim nu înseamnă nimic pentru noi, deoarece nu corespund simbolisticii pe care am învățat-o. De altfel, nu doar limbajul diferă. Parcă am fi într-o altă lume. De pildă, dacă vizităm lăcaşurile lor de cult, constatăm că aceşti oameni au o credință complet diferită de a noastră. Ritualurile lor sunt diferite, iar mitologiile lor nu au nimic de-a face cu cele pe care le-am învățat noi. Pentru a înțelege cultura lor, noi trebuie să învățăm mai întâi simbolurile pe care le folosesc, începând cu limba lor. Putem afla astfel un nou mod de viață, o nouă religie şi o nouă filozofie de a trăi, care vor intra însă în conflict cu cele învățate anterior. Noile convingeri se vor ciocni de cele vechi şi vor da naştere îndoielii: „Ce anume este corect şi ce este greşit? Este oare adevărat ce am învățat înainte, sau este adevărat ceea ce învăț acum? Care este adevărul?"

Adevărul este că întreaga noastră cunoaştere nu reprezintă altceva decât o simbolistică, respectiv cuvinte inventate de noi pentru a înțelege şi pentru a exprima ceea ce percepem în jurul nostru. Fiecare cuvânt din

mintea noastră sau de pe această pagină reprezintă doar un simbol investit cu puterea credinței noastre. Altfel spus, noi *credem* în semnificația lui și nu ne îndoim nicio clipă de ea. Oamenii își construiesc un întreg sistem de convingeri alcătuit din simboluri. În acest fel, ei își construiesc un întreg edificiu al cunoașterii, după care se folosesc de ceea ce știu, dar ceea ce știu nu este altceva decât o simbolistică prin care își justifică singuri lucrurile în care cred. Altfel spus, ei își explică la început lor înșine, iar apoi și celor din jurul lor, felul în care se percep pe ei înșiși și felul în care percep universul în care trăiesc.

Dacă suntem conștienți de acest proces, noi putem înțelege cu ușurință că mitologiile, religiile și filozofiile lumii, respectiv convingerile și modurile diferite de a gândi nu sunt altceva decât legăminte pe care oamenii le fac cu ei înșiși și cu semenii lor. Ce-i drept, ele reprezintă creația noastră, dar sunt ele adevărate? Tot ceea ce există este adevărat: Pământul este adevărat, stelele sunt adevărate, întregul Univers este adevărat. Simbolurile pe care le folosim noi pentru a descrie ceea ce cunoaștem nu sunt însă adevărate decât pentru că așa susținem noi.



În Biblie există o poveste foarte frumoasă care ilustrează perfect relația dintre Dumnezeu și oameni. În această legendă, Adam se plimbă împreună cu Dumnezeu, iar acesta din urmă îl întreabă ce nume dorește să dea

lucrurilor pe care le vede. Încetul cu încetul, Adam dă nume tuturor lucrurilor. „Haide să numim acest lucru un *copac*. Haide să numim acest lucru o *pasăre*. Haide să numim acest lucru o *floare*...” De fiecare dată, Dumnezeu este de acord cu Adam. Povestea descrie perfect procesul de creare a simbolurilor, respectiv a limbajului, iar mecanismul care stă la baza lui este acceptarea (legământul).

Avem de-a face cu cele două fețe ale aceleiaşi monede: una din fețe este percepția pură (ceea ce percepe Adam), iar cealaltă este semnificația pe care o acordă Adam lucrului perceput. Altfel spus, avem de-a face cu un obiect al percepției, care reprezintă adevărul curat, şi cu interpretarea pe care o acordăm noi adevărului, care reprezintă doar un punct de vedere subiectiv. Adevărul este obiectiv, iar noi îl numim *ştiințific*. Interpretarea pe care i-o acordăm noi este subiectivă, iar noi o numim *artă*. Avem astfel de face cu ştiința şi cu arta, cu adevărul şi cu semnificația pe care i-o acordăm noi. Adevărul real este creația vieții. El reprezintă un adevăr absolut, întrucât este acelaşi pentru toți oamenii. Interpretarea pe care o acordăm noi adevărului este propria noastră creație şi ea reprezintă un adevăr relativ, întrucât nu rămâne adevărat decât prin acceptul nostru. Dacă înțelegem acest mecanism, noi putem înțelege cum funcționează mintea umană.

Toți oamenii sunt programați să perceapă adevărul. Ei nu au nevoie de un limbaj în acest scop. Pentru a putea

exprima însă acest adevăr, ei trebuie să folosească un limbaj, iar această expresie reprezintă o artă individuală. Lucrurile pe care le exprimăm noi prin această artă nu mai reprezintă adevărul, întrucât cuvintele sunt simboluri, iar simbolurile nu pot decât să reprezinte sau să „simbolizeze" adevărul. Spre exemplu, noi putem vedea un copac chiar dacă nu cunoaştem cuvântul „copac". Dacă nu filtrăm realitatea prin intermediul simbolurilor, ceea ce vedem noi sunt obiectele în sine. Acestea sunt reale, adică adevărate, iar noi le putem percepe cu ajutorul simţurilor noastre. Atunci când îi dăm *copacului* numele său, noi ne folosim de arta noastră individuală pentru a ne exprima un punct de vedere. Dacă folosim şi alte simboluri, noi putem descrie copacul, cu crengile, frunzele şi culorile sale. Putem spune despre el că este un copac mare sau mic, frumos sau urât etc., dar reprezintă aceste cuvinte adevărul? Nu. Copacul este exact cel care este, nu felul în care îl descriem noi.

Interpretarea pe care o acordăm noi copacului depinde de reacţia noastră emoţională faţă de el. La rândul ei, aceasta depinde de simbolurile de care ne folosim pentru a recrea copacul în mintea noastră. În acest fel, este din ce în ce mai evident că interpretarea pe care o acordăm noi copacului nu este totuna cu adevărul acestuia. Ea reprezintă o *reflectare* a adevărului, iar această reflectare este ceea ce noi numim *mintea umană*. Mintea umană nu este altceva decât o realitate virtuală. Ea nu

este reală. Numai adevărul este real, iar el este adevărat pentru toată lumea. Realitatea virtuală este propria noastră creaţie. Este arta noastră, care nu este „adevărată" decât pentru noi, cei care am creat-o.

Din acest punct de vedere, *absolut toţi* oamenii sunt artişti. Fiecare simbol şi fiecare cuvânt pe care îl gândesc sau pe care îl rostesc reprezintă o mică operă de artă. Din punctul meu de vedere, cea mai mare capodoperă dintre toate este folosirea limbajului pentru a crea o întreagă realitate virtuală în mintea noastră. Această realitate virtuală poate să reflecte corect adevărul, dar îl poate inclusiv distorsiona. Indiferent cât de mult reflectă adevărul, ea nu reprezintă altceva decât o artă. Creaţia noastră se poate transforma într-un rai sau într-un iad, în funcţie de interpretarea pe care i-o acordăm noi. Indiferent ce turnură ia, ea nu reprezintă altceva decât o formă de artă. Dacă devenim conştienţi de realitatea adevărată şi de cea virtuală, viaţa noastră se poate schimba fundamental. Adevărul conduce la măiestrie, la cunoaşterea de sine şi la o viaţă foarte uşoară, în timp ce distorsionarea lui conduce de multe ori la conflicte între oameni şi la o suferinţă inutilă. Singura diferenţă este dată de conştiinţă (luciditate).

Toţi oamenii se nasc înzestraţi cu luciditate. Cu ajutorul acesteia, ei pot percepe adevărul. Din păcate, cel mai adesea ei preferă să acumuleze cunoaştere, învăţând să conteste ceea ce percep. Oamenii practică multă vreme

arta de a nu fi conştienţi, şi în timp ajung să o stăpânească la perfecţie. Cuvintele reprezintă o magie curată, iar ei învaţă să folosească această magie împotriva lor, împotriva realităţii şi împotriva semenilor lor. A fi lucid înseamnă a deschide ochii pentru a percepe adevărul curat. Atunci când ajungem să vedem acest adevăr, noi percepem întreaga realitate exact aşa cum este, nu aşa cum credem noi că este sau aşa cum ne-am dori să fie. Luciditatea deschide porţile unor milioane de noi posibilităţi. Dacă eşti conştient de faptul că tu eşti artistul care îşi creează propria viaţă, poţi alege dintre aceste posibilităţi pe cele pe care le doreşti cu adevărat.

Cunoaşterea pe care ţi-o împărtăşesc acum face parte integrantă din *Înţelepciunea Toltecă*, în care am fost educat. În limba *nahuatl*, cuvântul *toltec* înseamnă *artist*. Din punctul meu de vedere, a fi *toltec* nu are nimic de-a face cu o anumită cultură sau cu o anumită regiune de pe glob. A fi toltec înseamnă a fi un artist. Toltecul este un artist al spiritului. Tuturor artiştilor le place frumuseţea. Ei detestă urâţenia. Cu cât devenim nişte artişti mai buni, cu atât mai bine începe să reflecte realitatea noastră virtuală adevărul curat. Prin arta noastră, noi putem crea o veritabilă capodoperă din viaţa noastră, un veritabil rai.

Cu mii de ani în urmă, toltecii au creat trei măiestrii artistice: *măiestria lucidităţii*, *măiestria transformării* şi *măiestria iubirii*, *intenţiei* sau a *credinţei*. În realitate, cele trei forme supreme de artă sunt una singură. Aparentele

distincţii dintre ele au mai degrabă un scop metodologic, servind pentru mai buna noastră înţelegere. Adevărul este întotdeauna unul singur, iar noi vorbim despre el. Cele trei forme supreme de artă ne pot ajuta să transcendem orice suferinţă şi să ne întoarcem la adevărata noastră natură, care reprezintă starea de fericire, de libertate şi de iubire.

Toltecii au înţeles că noi ne creăm propria realitate virtuală indiferent dacă suntem sau nu conştienţi de acest lucru. Dacă o vom face în mod conştient, noi ne vom bucura de creaţia noastră. Această realitate virtuală se află într-un proces constant de transformare, indiferent dacă noi o facilităm sau ne opunem acestei transformări. Dacă vom practica arta transformării, noi o vom facilita, şi în loc să ne folosim de magia cuvintelor împotriva noastră, ne vom folosi de ea pentru a ne exprima fericirea şi iubirea. Atunci când vom ajunge să controlăm perfect iubirea, intenţia sau credinţa, noi vom ajunge să controlăm întregul vis al vieţii noastre. Prin atingerea celor trei măiestrii, noi căpătăm dreptul de a ne reclama propria divinitate şi putem deveni una cu Dumnezeu. Acesta este scopul suprem al oricărui toltec.

Toltecii nu dispuneau de tehnologia de care dispune umanitatea modernă. Ei nu cunoşteau nimic despre realitatea virtuală a computerelor, dar ştiau foarte multe lucruri despre realitatea virtuală a minţii umane. Controlul minţii umane presupune controlul absolut al atenţiei, al

felului în care interpretăm și în care reacționăm față de informațiile pe care le percepem din interiorul și din exteriorul nostru. Toltecii au înțeles cu mii de ani în urmă că toți oamenii sunt la fel ca Dumnezeu, dar în loc să creeze, ei re-creează. Ce anume recreează ei? Ceea ce percep. Așa se naște mintea umană.

Dacă vom înțelege ce este și cum funcționează mintea umană, noi vom putea separa realitatea autentică de cea virtuală, respectiv percepția pură (care este una cu adevărul) de simbolistică (respectiv de arta noastră subiectivă). Cunoașterea de sine începe cu luciditatea, și mai exact cu conștiința de sine. Ea începe cu conștientizarea realității așa cum este ea și continuă cu conștientizarea realității noastre virtuale, respectiv a celei pe care noi o considerăm reală, dar nu este. De îndată ce vom deveni conștienți de aceste mecanisme, noi vom putea schimba realitatea noastră virtuală prin schimbarea convingerilor noastre. Ceea ce este real nu poate fi schimbat; de aceea, nu contează ce credem noi despre realitate.



3

POVESTEA TA

Primul Legământ: Fii impecabil în tot ceea ce spui

De-a lungul miilor de ani, oamenii au încercat să înțeleagă universul în care trăiesc, natura, și îndeosebi natura *umană*. Este uimitor să îi vezi pe oameni acționând în diferitele părți ale lumii, în diferitele culturi care există pe această frumoasă planetă. Oamenii fac eforturi foarte mari pentru a înțelege, scop în care se ajută inclusiv de presupunerile lor. În calitatea noastră de artiști, noi distorsionăm adevărul și creăm cele mai uimitoare teorii; creăm întregi filozofii și cele mai uimitoare religii; ne creăm legende și superstiții legate de tot ceea ce există, inclusiv de noi înșine. *Noi suntem însă cei care le creăm.*

Oamenii se nasc cu puterea uimitoare de a crea, de care se folosesc pentru a-şi crea în permanenţă poveşti cu ajutorul cuvintelor pe care le-au învăţat. Noi ne folosim de aceste cuvinte pentru a ne exprima opiniile şi punctele de vedere. În jurul nostru se petrec tot felul de evenimente, iar noi avem capacitatea de a ne folosi de atenţia noastră pentru a pune cap la cap aceste evenimente, alcătuindu-ne diferite poveşti. Ne creăm astfel povestea vieţii noastre, povestea familiei noastre, povestea comunităţii noastre, povestea ţării în care trăim, a umanităţii şi a întregii lumi. Fiecare om are o poveste de împărtăşit, un mesaj pe care şi-l transmite sieşi, dar şi celor din jurul lui.

Noi suntem programaţi să transmitem acest mesaj, iar crearea lui reprezintă arta noastră supremă. În ce constă acest mesaj? Chiar în *viaţa* noastră. Mesajul constă în povestea noastră, dar şi în povestea lucrurilor pe care le percepem. Noi ne creăm în minte o întreagă realitate virtuală, iar apoi trăim în ea. Atunci când gândim, noi ne exprimăm în limba pe care o cunoaştem. Altfel spus, noi repetăm mental acele simboluri care înseamnă ceva pentru noi. Cu ajutorul lor, ne transmitem singuri un mesaj, care reprezintă pentru noi adevărul curat, pentru că noi optăm pentru a crede în el.

Povestea noastră include tot ceea ce ştim în legătură cu noi, şi mă refer aici la ceea ce credem noi că suntem, nu la cei care suntem *cu adevărat*. Eu fac o distincţie între eu şi *eu*, respectiv între acel sine care este adevărat şi acel

ego care nu este adevărat. Există în fiecare dintre noi un om fizic care este real şi care reprezintă adevărul, dar şi o cunoaştere care nu este reală, ci virtuală. Ea nu există decât datorită legămintelor pe care le-am făcut cu noi înşine şi cu ceilalţi oameni din jurul nostru. Cunoaşterea se naşte din simbolurile pe care le auzim în mintea noastră, din opiniile semenilor noştri, deopotrivă ale celor care ne iubesc şi ale celor care nu ne iubesc, ale celor pe care îi cunoaştem şi ale celor pe care nu îi vom cunoaşte niciodată (cum ar fi cei pe care îi vedem la televizor, sau ale căror cărţi le citim).

Cine este cel care vorbeşte în mintea noastră? Noi pornim de la premisa că vocea pe care o auzim este cea a eului nostru real, dar dacă acest lucru ar fi adevărat, atunci cine este cel care ascultă această voce? În realitate, cunoaşterea este cea care ne vorbeşte în mintea noastră, spunându-ne cine suntem, şi adevăratul nostru *eu* este cel care o ascultă. Acest *eu* a existat cu mult timp înainte de apariţia cunoaşterii. Noi am existat cu mult timp înainte de a înţelege toate aceste simboluri, de a învăţa să vorbim. La acea vreme, noi am fost în totalitate autentici, la fel cum sunt toţi copiii înainte de a învăţa să vorbească. Atunci nu pretindeam că suntem ceea ce nu eram. Aveam o încredere deplină în noi înşine, chiar dacă nu ştiam acest lucru, şi ne iubeam necondiţionat. Înainte de a învăţa cunoaşterea, noi ne simţeam în totalitate liberi să fim cei

care eram cu adevărat, deoarece în mintea noastră nu existau încă toate opiniile şi poveştile celorlalţi oameni.

Mintea noastră este plină de cunoştinţe, dar cum ne *folosim* noi de ele? Cum ne folosim noi de cuvinte pentru a ne descrie pe noi înşine? Atunci când te priveşti în oglindă, îţi place ceea ce vezi, sau îţi judeci corpul, folosindu-te de aceste simboluri pentru a-ţi spune singur tot felul de minciuni? Este oare *adevărat* că eşti prea scund sau prea înalt, prea gras sau prea slab? Este oare *adevărat* că nu eşti frumos? Este oare *adevărat* că nu eşti absolut perfect aşa cum eşti?

Îţi dai tu seama de toate judecăţile la care te supui singur? O judecată critică nu este altceva decât o opinie, un punct de vedere pe care nu îl aveai atunci când te-ai născut. Tot ceea ce gândeşti şi ce crezi despre tine reprezintă o cunoaştere învăţată. Tu ai învăţat o sumedenie de opinii de la părinţii şi fraţii tăi, de la ceilalţi prieteni şi de la societate. Toţi aceştia ţi-au transmis nenumărate imagini legate de felul în care ar trebui să arate corpul tău, despre ceea ce ar trebui să faci sau să nu faci, despre cel care *ar trebui* să fii. La ora actuală, ai ajuns să crezi o sumedenie de lucruri despre cel care eşti, dar sunt oare acestea adevărate?

Problema nu este legată de cunoaştere, ci de credinţa într-o cunoaştere *distorsionată*, respectiv într-o minciună. În ce constă adevărul şi care este minciuna? Ce este real şi ce este virtual? Poţi face diferenţa între aceste lucruri,

sau crezi vocea din mintea ta de fiecare dată când aceasta îți vorbește și distorsionează adevărul, asigurându-te că ceea ce crezi este adevărat? Este oare *adevărat* că nu ești un om bun, sau că nu vei fi niciodată suficient de bun? Este oare *adevărat* că nu meriți să fii fericit? Este oare *adevărat* că nu meriți să te bucuri de iubire?

Îți mai amintești de mecanismul prin care copacul a ajuns să nu mai fie doar un simplu copac? După ce ai învățat limbajul, tu ai început să interpretezi și să evaluezi copacul în funcție de informațiile acumulate. El a devenit astfel un copac frumos sau urât, minunat sau hidos. Exact același mecanism îl aplici și în ceea ce te privește. Tu îți interpretezi propria ființă și te judeci singur, în funcție de cunoștințele acumulate. Astfel, te consideri un om bun sau rău, vinovat, nebun, puternic, slab, frumos sau urât. Ajungi astfel să te identifici cu ceea ce crezi despre tine. De aceea, prima întrebare pe care ar trebui să ți-o pui este: „Cine crezi că ești?"

Dacă te vei folosi de luciditate, îți vei putea conștientiza toate convingerile care stau la baza vieții tale actuale. Viața ta este în totalitate dominată de sistemul convingerilor acumulate în timp. Acestea creează povestea pe care o trăiești, inclusiv emoțiile pe care le experimentezi. Poate chiar îți dorești să crezi că *ești* una cu convingerile tale, dar această imagine este complet falsă. Convingerile tale nu sunt *totuna* cu tine.

Adevăratul tău eu este unic şi transcende tot ceea ce ştii despre tine. El reprezintă adevărul tău interior. Tu eşti real doar în calitatea ta de om, de prezenţă fizică. Tot ceea ce crezi despre tine nu este real şi nu devine cu adevărat important decât dacă doreşti să îţi creezi o poveste diferită de viaţă, mai bună decât cea actuală. Indiferent în ce constă ea, povestea pe care ţi-o creezi este o operă de artă. Poate fi frumoasă şi minunată, dar nu este altceva decât o poveste, şi în cel mai bun caz nu face decât să reflecte adevărul prin intermediul simbolurilor.

Un artist creează o operă de artă. Aceasta nu poate fi considerată bună sau rea, corectă sau incorectă, dar poate reflecta într-o măsură mai mare sau mai mică frumuseţea şi fericirea. Dacă vei începe să te consideri un artist, totul va deveni posibil în viaţa ta. Cuvintele vor deveni pensula ta, iar viaţa ta va deveni pânza pe care pictezi. Tu poţi picta orice îţi doreşti. Dacă preferi, poţi copia chiar opera unui alt artist. Pensula cu care pictezi va exprima întotdeauna felul în care te priveşti pe tine însuţi, dar şi în care priveşti realitatea din jurul tău. Altfel spus, tu îţi pictezi propria viaţă, iar felul în care arată aceasta depinde de maniera în care te foloseşti de cuvinte. Dacă vei reflecta asupra acestui mecanism, vei înţelege cât de puternic este cuvântul, privit ca instrument al creaţiei. Dacă vei învăţa să te foloseşti în mod conştient de acest instrument, vei putea schimba chiar istoria cu ajutorul lui. A cui istorie? A vieţii tale, desigur. Pe scurt, vei putea schimba povestea *ta*.

PRIMUL LEGĂMÂNT:
FII IMPECABIL ÎN TOT CEEA CE SPUI

Am ajuns astfel la primul şi cel mai important dintre Cele Patru Legăminte: *fii impecabil în tot ceea ce spui.* Cuvântul reprezintă principalul tău instrument creator, iar puterea lui poate fi folosită în cele mai variate scopuri sau direcţii. Una din aceste direcţii este impecabilitatea. În acest caz, cuvântul creează o poveste minunată, un paradis pe Pământ. La fel de bine, el poate fi folosit însă în mod greşit, distrugând totul în jur şi dând naştere unui iad personal.

Privit ca simbol, cuvântul are puterea magică de a crea, întrucât poate reproduce orice imagine, orice idee, orice sentiment, sau chiar o întreagă poveste creată de imaginaţie. Simpla ascultare a cuvântului *cal* poate crea imaginea acestui animal în mintea ta, atât de mare este puterea simbolului. De fapt, această putere este chiar mai mare. Dacă rosteşti cuvintele *Dumnezeu Tatăl,* în mintea ta se poate naşte un întreg film. Toţi oamenii dispun de această putere magică de a crea, la baza căreia stă cuvântul.

Poate că acum înţelegi mai bine de ce se spune în Biblie că: „La început a fost Cuvântul, iar Cuvântul era la Dumnezeu, şi Dumnezeu era Cuvântul". Foarte multe religii afirmă că la început nu exista nimic, iar primul lucru pe care l-a creat Dumnezeu a fost mesagerul, îngerul care transmite mesaje. Altfel spus, primul lucru pe care l-a creat

Dumnezeu a fost un instrument de transfer al informaţiilor dintr-un loc în altul. Desigur, este greu de înţeles cum poţi transfera aceste informaţii de nicăieri către nicăieri, dar lucrurile sunt totuşi cât se poate de simple. La început, Dumnezeu a creat cuvântul pentru a putea transmite un mesaj. Dacă privim cuvântul ca pe un mesager sau ca pe un înger, înseamnă că şi tu eşti un astfel de mesager sau un astfel de înger.

Cuvântul există datorită unei forţe pe care noi o numim *viaţă, intenţie* sau *Dumnezeu.* Cuvântul *este* una cu această forţă sau cu această intenţie. Aşa se explică de ce intenţiile noastre devin manifeste prin intermediul cuvintelor noastre, indiferent de limba terestră pe care o vorbim. Cuvântul joacă un rol creator decisiv. De îndată ce mesagerul divin a început să îşi transmită mesajele sale, întreaga creaţie a apărut din nimic.

Îţi mai aduci aminte de povestea lui Adam care se plimba alături de Dumnezeu? Dumnezeu este cel care creează realitatea, iar noi suntem cei care recreăm această realitate prin intermediul cuvintelor noastre. Realitatea virtuală pe care o creăm noi este o reflectare a realităţii originale; este interpretarea pe care i-o dăm noi prin intermediul cuvintelor noastre. Nimic nu poate exista în afara cuvântului, pentru că noi creăm tot ceea ce cunoaştem prin intermediul cuvintelor noastre.

Probabil că ai observat că am exprimat acelaşi lucru folosind cuvinte diferite. Am făcut în mod deliberat acest

lucru, ca să-ţi dai seama că acelaşi adevăr poate fi exprimat în maniere diferite. Simbolurile se pot schimba, dar semnificaţia lor este aceeaşi în toate tradiţiile lumii. Dacă vei încerca să sesizezi *intenţia* din spatele lor, vei înţelege mai bine ce doresc să afirm. Impecabilitatea cuvântului este atât de importantă tocmai pentru că în spatele lui te ascunzi *tu*, respectiv mesagerul. Cuvântul se referă la mesajul pe care îl transmiţi celor din jurul tău şi lumii întregi, dar mai presus de toate ţie însuţi.

Tu îţi spui o poveste, dar este aceasta adevărată? Dacă te foloseşti de cuvinte pentru a crea o poveste în care te judeci şi te condamni singur, înseamnă că te foloseşti de ele împotriva ta, caz în care nu putem vorbi de impecabilitate. Dacă încerci să fii impecabil, nu îţi vei spune niciodată: „Sunt bătrân. Sunt urât. Sunt gras. Nu sunt suficient de bun. Nu sunt suficient de puternic. Nu voi reuşi niciodată." Dacă încerci să fii impecabil, nu îţi vei folosi niciodată cunoaşterea împotriva fiinţei tale. Altfel spus, vocea cunoaşterii nu se va folosi niciodată de cuvinte pentru a te judeca, pentru a te condamna şi pentru a te pedepsi. Mintea ta este suficient de puternică pentru a percepe povestea pe care ţi-o creezi singur. Atât timp cât te vei folosi de cuvinte pentru a te judeca singur, tu vei crea un conflict interior care se va dovedi un coşmar.

Fericirea ta depinde numai de tine şi de maniera în care ştii să te foloseşti de cuvinte. Dacă te înfurii şi te foloseşti de cuvinte pentru a-i transmite unei alte persoane

emoțiile tale otrăvite, la prima vedere pare că aplici acest instrument atât de puternic împotriva persoanei în cauză, dar în realitate tu îl aplici împotriva propriei tale ființe. Acțiunea ta va da naștere unei reacții similare din partea persoanei, care îți va deveni dușman. Dacă insulți pe cineva, este posibil ca acesta să îți riposteze cu aceeași monedă, sau chiar să te lovească, rănindu-ți corpul. Cred că îți este clar acum că te-ai folosit de această armă împotriva propriei tale ființe.

A fi impecabil în tot ceea ce spui înseamnă a nu te folosi niciodată de puterea cuvântului *împotriva ta*. Atunci când ești impecabil în tot ceea ce spui, tu nu te trădezi niciodată pe tine însuți; nu te folosești niciodată de cuvinte pentru a te bârfi singur sau pentru a te umple cu emoții otrăvite bârfindu-i pe ceilalți oameni. Din păcate, bârfa a ajuns principala formă de comunicare în societatea modernă, iar oamenii învață să bârfească printr-un legământ interior, respectiv dându-și acceptul față de această formă de comunicare. Copiii îi aud pe adulți bârfindu-i și criticându-i pe ceilalți, inclusiv exprimându-și diferite opinii legate de aceștia (chiar dacă de multe ori nici măcar nu îi cunosc personal), iar apoi îi copiază. Cred că ai înțeles deja că opiniile noastre nu sunt sinonime cu adevărul; ele nu reprezintă altceva decât un punct de vedere.

Reține: tu ești creatorul poveștii tale de viață. Dacă dorești să te folosești de cuvinte într-o manieră impecabilă,

imaginează-ţi povestea pe care doreşti să ţi-o creezi pentru viaţa ta. Foloseşte-te de cuvinte exclusiv în spiritul iubirii şi al adevărului. Foloseşte-te de ele pentru a exprima acest adevăr prin toate gândurile tale, prin acţiuni şi prin tot ceea ce spui pentru a te descrie pe tine însuţi şi povestea vieţii tale. Dacă vei proceda astfel, îţi vei crea o viaţă de o frumuseţe uluitoare şi vei fi fericit.

După cum poţi vedea, impecabilitatea cuvântului merge mult mai departe decât părea la prima vedere. Cuvântul este magie pură, iar atunci când adopţi primul legământ, miracolele încep să apară în viaţa ta. Intenţiile şi dorinţele tale tind să se transforme în realitate, întrucât nu mai întâmpină nicio rezistenţă şi nicio temere. Dimpotrivă, ele cresc în mediul fertil al iubirii. Te simţi împăcat şi îţi creezi o viaţă trăită în libertate şi împlinire, pe toate planurile. Acest prim legământ este suficient pentru a-ţi transforma în totalitate viaţa într-un paradis personal. De aceea, fii întotdeauna conştient de maniera în care te foloseşti de cuvinte. Altfel spus, *fii impecabil în tot ceea ce spui.*



4

FIECARE MINTE ESTE O LUME ÎN SINE

Al Doilea Legământ: Nu lua nimic în nume personal

Atunci când ne naştem, în mintea noastră nu există simboluri. Avem în schimb un creier şi ochi, iar creierul nostru surprinde în permanenţă imaginile născute din lumină. Noi începem să percepem lumina, ne familiarizăm cu ea, iar reacţia creierului nostru în faţa luminii este jocul infinit al imaginilor născute din imaginaţie. Aşa se nasc *visele*. Din perspectiva toltecă, întreaga noastră viaţă reprezintă un vis, întrucât creierul nostru este programat să viseze 24 de ore din 24.

Atunci când creierul este trezit, el percepe realitatea într-o manieră liniară, din cauza cadrului material solid.

Atunci când visează, acest cadru dispare, aşa că visele au tendinţa să se schimbe în permanenţă. Noi avem tendinţa de a visa chiar şi atunci când creierul este trezit (aşa-numitele reverii diurne), iar visele noastre sunt la fel de efemere. Imaginaţia noastră este atât de puternică încât ne poate conduce în cele mai variate locuri. Astfel, noi vedem realităţi imaginare pe care ceilalţi oameni nu le pot vedea şi auzim lucruri pe care ei nu le pot auzi. Imaginaţia ne permite să percepem imagini în mişcare, chiar dacă acestea nu există decât în mintea noastră.

Lumină, imagini, imaginaţie, vise... Tu visezi chiar acum, lucru pe care îl poţi verifica cu uşurinţă. Poate că nu ţi-ai dat seama că mintea ta visează în permanenţă, dar dacă îţi vei folosi imaginaţia pentru câteva clipe, vei înţelege imediat ce doresc să afirm. Imaginează-ţi că priveşti o oglindă. Aceasta reflectă o sumedenie de obiecte, dar tu ştii foarte bine că acestea nu sunt reale, ci doar nişte reflectări ale realităţii. Ele par reale, dar nu sunt. Dacă vei încerca să atingi obiectele din interiorul oglinzii, nu vei reuşi să simţi decât suprafaţa rece a acesteia.

Ceea ce vezi în interiorul oglinzii nu este decât o *imagine* a realităţii, adică o realitate *virtuală;* un vis. Acelaşi lucru se întâmplă atunci când oamenii visează cu ochii deschişi. De ce? Deoarece ceea ce văd ei în interiorul minţii lor este doar o copie a realităţii pe care o creează creierul lor. Este o *imagine* a lumii exterioare pe care şi-o construiesc singuri în mintea lor. Altfel spus, este o manieră

personală de a interpreta lumea exterioară. Un câine sau un vultur vor percepe aceeaşi realitate, dar într-o manieră diferită, în funcţie de felul în care este descifrată ea de creierul lor.

Încearcă acum să priveşti în interiorul ochilor tăi. Aceştia percep lumina reflectată de milioanele de obiecte din lumea exterioară. Soarele îşi trimite lumina pretutindeni, iar obiectele o reflectă. Razele luminoase pătrund în ochii tăi şi proiectează imaginile obiectelor care le-au reflectat. Tu crezi că vezi aceste obiecte, dar singurul lucru pe care îl vezi cu adevărat este lumina reflectată de ele.

Tot ceea ce percepi este o reflectare a realităţii, similară cu cea dintr-o oglindă, cu o singură diferenţă, extrem de importantă: în spatele oglinzii nu se află nimic, dar în spatele ochilor tăi se află creierul, care încearcă să descifreze informaţiile primite. Creierul tău interpretează tot ceea ce percepi în funcţie de semnificaţia pe care o acorzi simbolurilor, de structura limbajului tău şi de cunoaşterea programată în mintea ta. Întreaga realitate pe care o percepi este filtrată prin lentila convingerilor tale. Rezultatul acestui proces de interpretare a realităţii percepute în funcţie de convingerile tale este visul tău personal. Acesta este mecanismul prin care tu îţi creezi în minte o realitate virtuală.

Nu este greu să îţi dai seama cât de uşor le este oamenilor să distorsioneze ceea ce percep. Lumina reproduce o imagine perfectă a realităţii, dar noi

distorsionăm această imagine prin povestea pe care o creăm cu ajutorul simbolurilor şi al opiniilor pe care le-am învăţat. Imaginaţia ne ajută să visăm această realitate, pe care o considerăm apoi un adevăr absolut. De fapt, visul nostru reprezintă un adevăr relativ, o *reflectare* a adevărului, care ne apare întotdeauna distorsionat din cauza cunoaşterii acumulate în memoria noastră.

Foarte mulţi maeştri au afirmat de-a lungul timpului că mintea reprezintă o lume în sine, iar acest lucru este foarte adevărat. Lumea pe care credem că o vedem în exterior se află de fapt *în interiorul* nostru. Ea nu reprezintă decât o suită de *imagini* proiectate în mintea noastră, un *vis*. Noi visăm în permanenţă, iar înţelepţii au ştiut dintotdeauna acest lucru, nu doar în Mexic, ci şi în Grecia, în Roma antică, în India sau în Egipt. Înţelepţii din întreaga lume au afirmat întotdeauna că „viaţa este un vis". Din păcate, foarte puţini oameni sunt conştienţi de acest lucru.

Atunci când nu suntem conştienţi că visăm, este foarte uşor să dăm vina pe altceva sau pe altcineva din exterior pentru distorsiunile din visul nostru, respectiv pentru tot ceea ce ne face să suferim. Dacă am deveni conştienţi de faptul că trăim într-un vis şi că noi suntem artiştii care îşi creează propria viaţă, noi am face un mare pas înainte în evoluţia noastră, întrucât ne-am asuma responsabilitatea pentru această creaţie. Înţelegerea faptului că mintea visează în permanenţă ne oferă cheia care ne permite schimbarea visului, în cazul în care acesta nu ne este pe plac.

Cine visează povestea vieţii tale? Tu. Dacă nu îţi place viaţa pe care o ai sau dacă deteşti ceea ce crezi despre tine, tu eşti singurul om care poate schimba această realitate. La urma urmelor, este visul tău. Dacă îţi place acest vis, foarte bine; continuă să te bucuri de el şi să savurezi fiecare moment. În schimb, dacă visul tău se dovedeşte un coşmar, dacă ai parte numai de drame şi de suferinţă şi dacă nu îţi place viaţa pe care o trăieşti, schimb-o. Există milioane de cărţi scrise de milioane de visători din această lume, şi toate conţin puncte de vedere diferite. Povestea vieţii tale este la fel de interesantă ca oricare din aceste cărţi, ba este chiar mai interesantă, întrucât continuă să se schimbe. Visul pe care l-ai trăit la vârsta de 10 ani nu a fost identic cu cel pe care l-ai trăit la vârsta de 15 ani, la 20 de ani, la 30, 40 sau 50 de ani, respectiv cu cel pe care îl trăieşti la ora actuală.

Povestea pe care o visezi astăzi nu este identică cu cea pe care ai visat-o ieri, şi nici măcar cu cea pe care ai visat-o acum o jumătate de oră. Ori de câte ori îţi descrii în cuvinte această poveste, ea se schimbă în funcţie de cel căruia i-o povesteşti, de starea ta fizică şi emoţională de la momentul respectiv sau de convingerile tale. Chiar dacă încerci să spui aceeaşi poveste, în realitate aceasta se schimbă. La un moment dat, îţi dai seama că ea nu este altceva decât o poveste. Ea nu reprezintă realitatea în sine, ci doar o realitate virtuală. Altfel spus, nu este altceva decât un vis. Ce-i drept, este un vis colectiv, întrucât toţi oamenii

îl împărtăşesc în acelaşi timp. Visul colectiv al umanităţii sau *visul planetei* a existat înainte ca tu să te naşti în această lume. Dacă nu ar fi fost aşa, tu nu ţi-ai fi putut crea propria poveste, propria operă artistică.

AL DOILEA LEGĂMÂNT: NU LUA NIMIC ÎN NUME PERSONAL

Haide să ne folosim de puterea imaginaţiei noastre pentru a crea un vis colectiv, ştiind însă că acesta nu reprezintă altceva decât un simplu vis. Imaginează-ţi că te afli într-un mall uriaş în care există sute de cinematografe. Te uiţi în jur ca să vezi ce filme rulează şi constaţi că unul dintre ele are numele tău. Uimitor! Intri în cinematograf şi constaţi că sala este goală. O singură persoană se află în ea. Te aşezi în spatele ei, încercând să nu o deranjezi, dar ea nu te bagă în seamă. Întreaga ei atenţie este focalizată asupra filmului.

Te uiţi la ecran, şi surpriză! Recunoşti toţi eroii care apar pe el: părinţii tău, fraţii şi surorile tale, iubitul sau iubita, copiii şi prietenii tăi. Constaţi apoi că eroul principal al filmului eşti chiar tu! Tu eşti vedeta acestui film, iar scenariul lui îţi prezintă povestea vieţii tale. Mai mult, persoana din faţa ta eşti tot tu. Tu eşti cel care îşi contemplă povestea propriei vieţi. Desigur, eroul principal al filmului nu reprezintă decât interpretarea ta legată de tine, la fel cum celelalte personaje din el reprezintă interpretarea ta

legată de ele. După o vreme te simţi copleşit de cele văzute, aşa că te decizi să intri într-o altă sală de cinematograf.

Şi de această dată întâlneşti în sală o singură persoană care se uită la film, iar aceasta nu te bagă în seamă, întrucât este prea concentrată. Privind ecranul, constaţi că priveşti aparent acelaşi film, dar de data aceasta nu mai eşti personajul principal, ci unul secundar. De fapt, filmul nu mai prezintă povestea vieţii tale, ci povestea vieţii mamei tale. Într-adevăr, persoana din faţa ta este mama ta, care îşi priveşte concentrată filmul propriei sale vieţi. Privind imaginile, îţi dai seama că mama ta nu este exact persoana care apărea în filmul tău. Felul în care se proiectează mama ta pe sine diferă de maniera în care o percepi tu. Aşa ar dori ea să fie percepută de cei din jur. Tu ştii însă că aceste imagini nu corespund realităţii. Mama ta nu face altceva decât să joace un rol, dar acest rol corespunde manierei în care se percepe ea *pe sine*, şi acest lucru te şochează.

Observi apoi că personajul care are faţa ta nu corespunde nici el celui din filmul tău. Fără să vrei, îţi spui: „Bine, dar acesta nu sunt eu!" Într-adevăr, nu eşti tu, dar aşa te percepe mama ta. Asta crede ea despre tine, iar imaginea rezultată diferă fundamental de cea care există în mintea ta. Observi apoi eroul care îl reprezintă pe tatăl tău, respectiv maniera în care este perceput acesta de mama ta, şi constaţi din nou că el nu corespunde cu cel din filmul tău. Tu îl percepi altfel pe tatăl tău decât îl percepe mama ta. Din acest punct de vedere, percepţiile mamei

tale ţi se par complet distorsionate, inclusiv cele referitoare la ceilalţi eroi ai filmului. De pildă, observi felul în care mama ta o percepe pe iubita ta (sau îl percepe pe iubitul tău). De data aceasta, imaginea ţi se pare atât de distorsionată încât chiar te simţi puţin supărat pe ea. „Cum îndrăzneşte!?" Enervat, te ridici şi ieşi din sala de cinematograf.

Intri apoi în următoarea sală şi constaţi că pe ecran rulează povestea vieţii iubitei tale. Observi felul în care te percepe aceasta, iar eroul care îţi poartă numele este la fel de diferit, nu doar de eroul din filmul tău, dar şi de cel din filmul mamei tale. Observi felul în care îţi percepe iubita ta copiii, familia şi prietenii, dar şi cel în care se percepe ea pe sine. Şi de această dată, constaţi că aceste percepţii nu corespund cu ale tale. În continuare, ieşi din sală şi intri în sala în care rulează filmul vieţii copiilor tăi. Observi cu uimire felul în care aceştia te percep pe tine, dar şi pe ceilalţi eroi din viaţa ta: bunicul şi bunica etc. Nu-ţi vine să crezi ce vezi. Descoperi astfel că toţi oamenii percep în mod distorsionat realitatea.

După ce ai văzut toate aceste filme, te decizi să intri din nou în prima sală, pentru a-ţi revedea filmul propriei vieţi. Îl priveşti pe eroul care îţi joacă rolul, dar acum nu mai crezi nimic din ceea ce vezi. Ai înţeles în sfârşit că povestea vieţii tale nu este altceva decât o simplă poveste. Întreaga viaţă ai jucat un anumit rol, dar acesta nu ţi-a folosit la nimic, întrucât nimeni din afara ta nu te-a

perceput aşa cum ţi-ai fi dorit tu. Realizezi acum că drama din filmul vieţii tale nu este percepută ca atare de cei din jurul tău, a căror atenţie este mult prea focalizată asupra filmului care se derulează în propria lor minte. La urma urmelor, ei nu te-au observat nici măcar când te-ai aşezat în spatele lor, în sălile de cinematograf în care rulau filmele vieţilor lor! Toţi actorii îşi focalizează atenţia exclusiv asupra poveştii lor, care reprezintă pentru ei singura realitate pe care o cunosc. Ei sunt atât de concentraţi asupra realităţii pe care şi-au creat-o încât nu îşi observă nici măcar *propria lor* prezenţă, respectiv pe cel care se uită la filmul vieţii lor.

În clipa în care vei înţelege acest lucru, totul se va schimba pentru tine. Nimic nu va mai rămâne la fel, întrucât acum îţi vei da seama ce se întâmplă de fapt. Oamenii trăiesc în propria lor lume, în propriul lor film, în propria lor poveste. Ei îşi investesc întreaga credinţă în această poveste, care devine pentru ei adevărul absolut. De fapt, este un adevăr relativ, întrucât nu este acceptat pe deplin decât de ei. Îţi vei da astfel seama că opiniile lor legate de tine nu au nimic de-a face cu tine cel real, ci doar cu personajul care trăieşte în filmul lor, şi care nu este identic cu personajul din filmul tău. De pildă, personajul pe care îl critică sau îl condamnă este eroul din filmul lor, care nu are nimic de-a face cu tine. Tot ceea ce cred oamenii despre tine se referă de fapt la *imaginea* pe care o au ei în legătură cu tine, care nu este totuna cu tine.

Cred că îţi este clar în acest moment că oamenii care te iubesc cel mai mult nu te cunosc aproape deloc, la fel cum nici tu nu îi cunoşti. Singurul lucru pe care îl ştii despre ei este ceea ce crezi despre ei. Tu nu cunoşti decât imaginea pe care ţi-ai creat-o în legătură cu ei, iar această imagine nu are nimic de-a face cu adevărul lor lăuntric. Credeai că îţi cunoşti foarte bine părinţii, soţia, copiii şi prietenii, dar adevărul este că nu ai nici cea mai mică idee ce se petrece în universul lor subiectiv, ce gândesc ei, ce simt şi ce visează. Încă şi mai surprinzător este faptul că până acum credeai că te cunoşti *pe tine însuţi*. Adevărul este că nu te cunoşti nici măcar pe tine însuţi, întrucât ai jucat atât de multă vreme diferite roluri încât ai ajuns să le stăpâneşti perfect, uitând de cel care eşti cu adevărat.

Îţi dai astfel seama cât de ridicol este să spui că: „Iubita mea nu mă înţelege. Nimeni nu mă înţelege." Sigur că nu te înţeleg. La urma urmelor, nici măcar tu însuţi nu te înţelegi. Personalitatea ta se schimbă tot timpul, în fiecare clipă, în funcţie de rolul pe care îl joci, de ceilalţi eroi din povestea ta sau de maniera în care se derulează visul tău în momentul respectiv. Atunci când eşti acasă, îţi asumi o anumită personalitate. Atunci când eşti la serviciu, îţi asumi o cu totul altă personalitate. În mijlocul prietenilor tăi, îţi pui o anumită mască. În mijlocul prietenelor tale, îţi pui o altă mască. Cu toate acestea, întreaga viaţă ai pornit de la premisa că ceilalţi oameni te cunosc foarte bine. De aceea, ori de câte ori nu au făcut ceea ai fi dorit tu să facă, ai

interpretat reacția lor la modul personal, ai reacționat cu mânie și te-ai folosit de cuvinte pentru a crea o întreagă dramă fără niciun rost.

În acest context, este ușor de înțeles de ce există atâtea conflicte între oameni. Această planetă este populată cu miliarde de visători care nu sunt conștienți de faptul că ceilalți oameni trăiesc în propria lor lume subiectivă și își visează propriile vise. Ei nu cunosc decât *un singur* punct de vedere, cel al eroului principal din filmul lor, în care totul se referă la ei. Atunci când eroii din rolurile secundare afirmă ceva care nu corespunde punctului lor de vedere, ei se înfurie și încearcă să își apere poziția. Își doresc ca ceilalți eroi să joace rolurile pe care li le atribuie ei, iar atunci când nu o fac, se simt răniți. Altfel spus, ei iau *totul* în nume personal. Dacă ai înțeles acest lucru, ți-ai dat cu siguranță seama și care este soluția, care este pe cât de simplă, pe atât de logică: *nu interpreta nimic la modul personal.*

Cred că acum ai înțeles care este semnificația profundă a celui de-al doilea legământ. Acesta îți conferă o imunitate deplină în cadrul interacțiunilor pe care le ai cu ceilalți eroi din povestea ta. Punctele lor de vedere nu trebuie să te intereseze. Dacă ai înțeles că nimic din ceea ce spun sau din ceea ce fac ceilalți nu are vreo legătură cu tine (cel adevărat), nu mai contează cine te bârfește, cine te condamnă, cine te respinge sau cine refuză să accepte punctul tău de vedere. Criticile celor din jur nu te mai

afectează. Nu merită nici măcar să îți dai osteneala de a-ți apăra propriul punct de vedere. Lasă câinii să latre, căci asta este menirea lor. Şi ce dacă latră? Nimic din ceea ce spun despre tine ceilalți oameni nu te poate afecta, întrucât tu eşti imun la opiniile şi la emoțiile lor otrăvite. Eşti absolut imun față de prădători, față de toți cei care se folosesc de bârfe şi de critici pentru a-i face pe cei din jurul lor să sufere, atrăgând astfel inclusiv asupra lor această suferință.

„Nu interpreta nimic la modul personal" este instrumentul perfect pentru orice interacțiune cu semenii tăi. El te poate ajuta să atingi starea de libertate personală, întrucât nu mai trebuie să îți guvernezi viața în funcție de opiniile celorlalți oameni. Această perspectivă este profund eliberatoare! Tu poți face orice doreşti, ştiind că ceea ce faci nu are nimic de-a face cu ceilalți, ci numai cu tine. Singura persoană din povestea ta care trebuie să te intereseze eşti *tu*. Această perspectivă schimbă dintr-odată totul. Reține: conştientizarea adevărului reprezintă primul pas către autocontrol şi către cunoaşterea de sine, şi exact asta faci acum. Acest legământ descrie un mare adevăr.

Dacă ai înțeles acest adevăr, este imposibil să mai iei ceva la modul personal. Dacă ai înțeles că toți oamenii trăiesc în propria lor lume subiectivă, în propriul lor film, cel de-al doilea legământ devine un adevăr implicit, o afirmație de bun simț. *Nu interpreta nimic la modul personal.*



5

ADEVĂR SAU FICȚIUNE

Al Treilea Legământ: Nu face presupuneri inutile

Milenii la rând, oamenii au crezut că în mintea umană există un conflict între bine şi rău. Acest lucru este complet fals. Binele şi răul nu sunt decât rezultatul adevăratului conflict, iar acesta se referă la discrepanța dintre adevăr şi minciună. Practic, *toate* conflictele sunt consecința unor minciuni. Adevărul nu poate genera niciodată conflicte. El nu simte nevoia să demonstreze că are dreptate, ci există în sine, indiferent dacă noi îl credem sau nu. Pe de altă parte, minciunile nu există decât dacă le creăm şi nu pot supraviețui decât dacă credem în ele. Ele reprezintă o distorsionare a mesajelor

transmise prin cuvinte, a semnificației lor, care se reflectă apoi în mintea umană. Minciunile nu sunt niciodată reale. Ele sunt propria noastră creație. Noi suntem cei care le dăm viață și care le facem să pară reale în realitatea virtuală a minții noastre.

Când eram adolescent, bunicul mi-a spus acest adevăr simplu, dar mi-au trebuit mulți ani ca să îl înțeleg cu adevărat, întrucât întotdeauna m-am întrebat: „Cum putem cunoaște noi adevărul?" De fapt, mă foloseam de simboluri pentru a încerca să înțeleg adevărul, deși realitatea este că simbolurile nu pot afecta în niciun fel adevărul. Acesta a existat cu mult timp înainte ca oamenii să inventeze simbolurile.

În calitatea noastră de artiști, noi distorsionăm adeseori adevărul cu ajutorul simbolurilor noastre, dar nu aceasta este adevărata problemă. Așa cum spuneam mai devreme, problema nu apare decât atunci când *credem* că această distorsionare ne face rău (există și minciuni inocente). Să luăm un exemplu. Să vedem cum ne putem folosi de cuvinte pentru a crea o poveste (ca să nu zic o *superstiție)* despre un scaun. Ce știm noi în legătură cu scaunul? Putem spune despre el că este făcut din lemn, din metal sau din pânză, dar acestea nu reprezintă decât simboluri care exprimă un punct de vedere. Adevărul este că noi nu știm ce reprezintă în realitate acest obiect. În schimb, ne folosim de cuvinte cu toată autoritatea pentru a ne transmite nouă înșine, dar și pentru a le transmite

celorlalți, un mesaj: „Acest scaun este urât. Detest acest scaun."

Mesajul este deja distorsionat, dar acesta nu este decât începutul. Noi putem adăuga: „Ce scaun stupid. Cred că orice om care se pune pe el devine la fel de stupid. Am convingerea că ar trebui să fie distrus, căci dacă cineva se pune pe el și cade, își poate rupe oasele. Da, acest scaun este malefic! Haide să dăm o lege împotriva scaunului, pentru ca toată lumea să știe că reprezintă un pericol pentru societate. De acum înainte, este absolut interzis ca cineva să se apropie de acest scaun malefic!"

Dacă le vom transmite celor din jur acest mesaj, toți cei care vor fi de acord cu el vor începe să se teamă de scaunul cel rău. În scurt timp, vor exista oameni care se vor teme atât de tare de el încât vor avea chiar coșmaruri legate de el. Ei vor deveni obsedați de scaunul cel rău și își vor propune să îl distrugă înainte ca el să îi distrugă pe ei.

Îți dai seama până unde putem ajunge noi prin puterea cuvintelor noastre? De fapt, scaunul nu este altceva decât un simplu obiect. El există, și acesta este singurul lui adevăr. Povestea pe care o creăm noi în legătură cu scaunul nu are nimic de-a face cu adevărul. Ea nu este altceva decât o superstiție, un mesaj distorsionat, adică o minciună. Dacă nu credem în această minciună, nu apare nicio problemă, dar dacă credem în ea și încercăm să le-o transmitem și altora, ea poate conduce la ceea ce noi am ajuns să numim *rău*. Desigur, acest *rău* are numeroase

nivele, în funcţie de puterea noastră personală. Există oameni care deţin atât de multă putere încât pot declanşa un război mondial, în urma căruia mor milioane de oameni. Lumea în care trăim este plină de tirani care invadează alte ţări şi care distrug popoare întregi, în numele unor minciuni.

Cred că ai înţeles acum cum apare conflictul în mintea umană, dar numai în mintea *umană,* adică în realitatea virtuală. În restul naturii conflictul nu există. Există miliarde de oameni care distorsionează simbolurile din mintea lor şi care le transmit semenilor lor mesaje false. Din păcate, această maladie afectează întreaga umanitate. Aşa se nasc războaiele, nedreptăţile şi abuzurile. Aşa se naşte *iadul.* Iadul nu este altceva decât un vis mincinos.

Reţine: visul nostru depinde în totalitate de convingerile pe care le avem, iar acestea pot fi adevărate, dar pot fi la fel de bine şi false. Adevărul conduce întotdeauna la autenticitate şi la fericire, în timp ce minciunile conduc inevitabil la limitare, la suferinţă şi la dramă. Cei care cred în adevăr, trăiesc practic în rai. Cei care cred în minciuni, sfârşesc mai devreme sau mai târziu prin a trăi în iad. Nimeni nu trebuie să moară pentru a ajunge în rai sau în iad. Raiul se află pretutindeni în jurul nostru, la fel ca şi iadul. Ambele reprezintă un punct de vedere, o stare de spirit. Din păcate, marea majoritate a oamenilor se lasă conduşi de minciuni. Ei sunt cei care le creează, după care

minciunile ajung să îi controleze. Mai devreme sau mai târziu, adevărul iese însă întotdeauna la suprafață, iar minciunile nu mai pot supraviețui în prezența luminii sale.

Cu secole în urmă, oamenii credeau că Pământul este plat. Cineva a spus nici mai mult nici mai puțin decât că Pământul este susținut de nişte elefanți, întrucât această afirmație l-a făcut să se simtă mai în siguranță. Foarte mulți oameni au aderat la această convingere. La ora actuală se ştie că Pământul este rotund, nu plat! Convingerea că Pământul este plat a existat multă vreme, şi foarte mulți oameni au crezut în ea, dar asta nu înseamnă că a fost vreodată adevărată.

Una dintre cele mai mari minciuni care circulă la ora actuală în lume este aceea că: „Nimeni nu este perfect." Ea justifică perfect comportamentul unora, iar majoritatea oamenilor sunt de acord cu ea, dar acest lucru nu o face cu nimic mai adevărată. Dimpotrivă, absolut toți oamenii sunt perfecți. Din păcate, noi am auzit această minciună încă din copilărie şi am ajuns să ne judecăm singuri, raportându-ne la o *imagine* a perfecțiunii. Noi căutăm în permanență această perfecțiune şi constatăm că tot ceea ce există în Univers este perfect, mai puțin oamenii! Soarele este perfect, stelele sunt perfecte, planetele sunt perfecte, dar nu şi oamenii, care cred că „Nimeni nu este perfect"! Adevărul este că tot ceea ce există în creație este perfect, inclusiv oamenii.

Dacă nu reuşim să fim suficient de lucizi pentru a realiza acest adevăr, acest lucru se datorează faptului că suntem orbiţi de minciună. De pildă, unii ar putea spune: „Bine, dar ce poţi spune despre cei care sunt handicapaţi fizic? Sunt şi aceştia perfecţi?“ În raport cu *imaginea* noastră despre perfecţiune, aceştia pot părea imperfecţi, dar nimeni nu cunoaşte adevărul ascuns. La urma urmelor, cine poate spune că o *boală* sau un *handicap* nu sunt perfecte?

Tot ceea ce ne caracterizează este perfect, inclusiv bolile sau handicapurile de care suferim. Un om care are dificultăţi în a învăţa este perfect. La fel şi cel care s-a născut fără un braţ sau fără un deget, ori un om bolnav. De fapt, nu există nimic altceva decât perfecţiunea, iar înţelegerea acestui adevăr reprezintă un mare pas înainte în evoluţia noastră. Afirmaţia contrară echivalează cu neînţelegerea adevăratei noastre esenţe. De fapt, nu este suficient să *susţinem* că suntem perfecţi; trebuie să şi *credem* acest lucru. Dacă pornim de la premisa că suntem imperfecţi, această minciună conduce la alte minciuni, care să o sprijine. Împreună, toate aceste minciuni ajung să oculteze adevărul şi să guverneze visul pe care ni-l creăm. Minciunile nu sunt altceva decât nişte superstiţii, iar noi am ajuns să trăim într-o lume a tuturor superstiţiilor. Din păcate, foarte puţini oameni sunt conştienţi de acest lucru.

Imaginează-ţi că mâine dimineaţă te vei trezi în Europa secolului al XIV-lea, ştiind tot ce ştii acum şi având

aceleaşi convingeri. Imaginează-ţi ce ar gândi ceilalţi oameni despre tine şi cum te-ar judeca ei. De pildă, ei te-ar condamna dacă ai face baie în fiecare zi. Practic, toate convingerile tale ar părea nişte ameninţări pentru convingerile lor. Cât timp crezi că le-ar lua pentru a te condamna pentru vrăjitorie? Cu siguranţă, te-ar tortura şi te-ar convinge să mărturiseşti că eşti un vrăjitor, iar în cele din urmă te-ar ucide, întrucât convingerile tale le-ar provoca o teamă prea mare. Oamenii din secolul XIV trăiau o viaţă bazată pe superstiţii crase. Aproape nimic din ceea ce credeau ei nu era adevărat. Dacă ai ajunge astăzi în lumea lor, tu ţi-ai da seama cu uşurinţă de acest lucru, ca urmare a convingerilor tale actuale. Acei oameni nu erau însă conştienţi de superstiţiile lor. Din punctul lor de vedere, modul lor de viaţă era absolut normal. Ei nu cunoşteau un alt mod de viaţă, întrucât nu au învăţat niciodată altceva.

În mod similar, este posibil ca ceea ce crezi tu în ceea ce te priveşte să fie o superstiţie la fel de crasă ca şi cele în care credeau oamenii de acum câteva secole. Imaginează-ţi ce s-ar întâmpla dacă oamenii care vor trăi pe Pământ peste şapte sau opt secole ar putea vedea ce credem noi la ora actuală. Felul în care ne tratăm propriul corp este încă barbar, chiar dacă nu la fel de mult ca acum câteva secole. Corpul nostru ne este profund loial, dar noi îl judecăm tot timpul şi adeseori abuzăm de el. Îl tratăm de parcă ar fi duşmanul nostru, deşi este cel mai bun prieten

pe care îl avem. Societatea în care trăim acordă o importanță excesivă frumuseții fizice așa cum ne este prezentată aceasta în reclame, în filme și în revistele de modă. Dacă pornim de la premisa că nu suntem suficient de atrăgători ținând cont de aceste imagini, noi perpetuăm practic o minciună și ne folosim de cuvinte împotriva propriei noastre ființe și a adevărului nostru lăuntric.

Oamenii care controlează mass-media ne spun ce ar trebui să credem, cum ar trebui să ne îmbrăcăm, ce ar trebui să mâncăm etc., și ne manipulează cum doresc, de parcă am fi niște păpuși. Dacă doresc să urâm pe cineva, ei își răspândesc minciunile în întreaga lume, iar acestea acționează ca și cum ar fi magice. Imaginează-ți ce ar crede oamenii din viitor despre superstițiile noastre actuale. Dacă un astfel de om ar apărea în lumea noastră și ne-ar spune că el crede în perfecțiunea întregii creații, inclusiv a tuturor oamenilor, oare nu l-am crucifica?

Ce este adevărat și ce este o minciună? Adevărul nu poate fi deosebit de minciună decât cu ajutorul lucidității, întrucât nu are nimic de-a face cu cuvintele sau cu cunoașterea. În schimb, minciunile depind în mod decisiv de acestea, iar în lume predomină miliarde de minciuni. Oamenii le cred tocmai pentru că nu sunt lucizi. Ei ignoră adevărul deoarece nu îl văd. Prin procesul de dresare, noi acumulăm foarte multă cunoaștere, iar aceasta acționează ca o perdea de fum care nu ne permite să sesizăm adevărul, adică realitatea *așa cum este ea*. Noi nu vedem decât ceea

ce dorim să vedem și nu auzim decât ceea ce dorim să auzim. Sistemul nostru de convingeri este precum o oglindă care nu ne arată decât lucrurile în care credem.

De-a lungul vieții, noi învățăm atât de multe minciuni încât acestea sfârșesc prin a crea un eșafodaj extrem de complicat. Lucrurile devin încă și mai complicate din cauza faptului că noi *gândim*, iar apoi *credem* în gândurile noastre. Noi pornim de la premisa că ceea ce credem este un adevăr absolut și nu ne amintim niciodată că acesta este de fapt un adevăr relativ sau virtual. De cele mai multe ori, el nu are mai nimic de-a face cu adevărul absolut, dar reprezintă singura noastră realitate, atât timp cât nu ne cultivăm luciditatea.

AL TREILEA LEGĂMÂNT: NU FACE PRESUPUNERI

Ajungem astfel la cel de-al treilea legământ: *Nu face presupuneri.* Prezumțiile înseamnă să cauți necazul cu lumânarea, întrucât cele mai multe dintre ele nu sunt adevărate. Ele sunt pură ficțiune. De pildă, una dintre cele mai false prezumții de la care pornim este aceea că tot ceea ce există în realitatea noastră virtuală reprezintă adevărul curat, la fel ca și ceea ce există în realitatea virtuală a celorlalți oameni. Ei bine, tocmai am aflat în capitolele anterioare că aceste realități virtuale nu au nimic de-a face cu adevărul!

Dacă ne-am cultiva luciditatea, noi am putea vedea cu uşurinţă prezumţiile pe care le facem. Oamenii sunt înzestraţi cu o imaginaţie extrem de bogată. Ei îşi imaginează tot timpul câte ceva, o idee sau un gând, ori o poveste întreagă. Pornind de la simbolurile pe care le percep în mintea lor, ei îşi imaginează ce fac, ce gândesc şi ce spun ceilalţi oameni despre ei, făcând din ţânţar armăsar şi creând adevărate drame. Astfel, ei inventează poveşti care nu sunt adevărate decât pentru ei, fapt care nu îi împiedică să creadă în ele. Orice prezumţie conduce la o alta. Adeseori, noi tragem concluzii pripite, după care interpretăm propria poveste la modul cel mai personal cu putinţă. În final, îi condamnăm pe ceilalţi, nu doar în sinea noastră, ci şi faţă de alţi oameni, astfel încât să ne justificăm prezumţiile făcute. În mod evident, prin răspândirea unei minciuni nu facem decât să o amplificăm şi mai mult.

Datul cu presupusul şi interpretarea extrem de personală a propriilor prezumţii reprezintă începutul oricărui iad. Marea majoritate a conflictelor noastre au la bază acest mecanism, şi nu este greu de înţeles de ce. Prezumţiile nu sunt altceva decât minciuni pe care ni le spunem singuri şi care conduc la adevărate drame, care nu au niciun temei, întrucât noi nu ştim care este adevărul real. De cele mai multe ori, datul cu presupusul echivalează cu inventarea unei drame acolo unde aceasta nu există. Toţi oamenii inventează astfel de drame, dar nouă nu ar trebui să ne pese de ei, căci povestea lor nu are nimic de-a face cu povestea noastră.

Conștientizează faptul că aproape tot ceea ce îți spui în mintea ta reprezintă o prezumție. De pildă, dacă ești părinte, știi foarte bine cât de ușor este să faci astfel de prezumții legate de copiii tăi. Dacă este miezul nopții și fata ta adolescentă nu s-a întors încă acasă de la petrecerea la care s-a dus, mintea ta o ia razna. Începi să te gândești la tot ce poate fi mai rău: „Dacă i s-a întâmplat ceva? Poate că ar trebui să sun la poliție!" Există atât de multe posibilități pe care ți le imaginezi, toate neplăcute, desigur, încât capul începe să ți se învârtească din cauza dramei pe care ți-o creezi singur. Zece minute mai târziu, fata ta ajunge acasă, cu un zâmbet mare întipărit pe față. Când adevărul ți se revelează și toate minciunile de dinainte dispar ca prin farmec, îți dai seama că te-ai torturat singur fără niciun temei. Așadar, *nu face presupuneri inutile.*

Dacă al doilea legământ („Nu interpreta nimic la modul personal") ți-a conferit imunitate în interacțiunea cu ceilalți oameni, cel de-al treilea („Nu face presupuneri inutile") îți va conferi imunitate față de interacțiunea cu tine însuți, cu vocea cunoașterii din mintea ta sau cu procesul pe care îl numim în mod curent *gândire.* Toate prezumțiile reprezintă gânduri. Noi gândim prea mult, iar gândurile noastre ne fac să emitem presupuneri. Simpla întrebare: „Ce s-ar întâmpla dacă?" poate conduce la cele mai cumplite drame. Oamenii se gândesc prea mult, iar gândurile lor îi fac să se teamă. Din păcate, noi nu deținem controlul asupra procesului de gândire, asupra

simbolurilor pe care le distorsionăm în mintea noastră. Dacă ne-am bloca procesul de gândire, noi nu am mai încerca să ne explicăm nimic, şi implicit nu am mai face presupuneri inutile.

Oamenii simt nevoia să explice şi să justifice totul. Ei simt nevoia să cunoască, şi întrucât adevărul nu poate fi cunoscut decât prin luciditate (nu prin gândire), ei au inventat prezumţiile, ca să umple acest gol. Lor nu le pasă în ce măsură este adevărată sau nu cunoaşterea lor. Ei cred 100% în ea, întrucât cunoaşterea îi face să se simtă în siguranţă. Mintea umană nu îşi poate explica o sumedenie de lucruri. Ea este plină de întrebări la care caută răspunsuri. Din păcate, în loc să ne punem aceste întrebări, noi începem întotdeauna prin a ne da cu presupusul. Dacă ne-am pune întrebările corecte, nu ar mai trebui să facem prezumţii. De aceea, este întotdeauna de preferat să punem întrebări şi să fim cât mai specifici.

Dacă nu ne dăm cu presupusul, noi ne putem focaliza întreaga atenţie asupra adevărului, nu asupra *gândurilor* noastre pe care le confundăm cu el. În acest caz, putem vedea viaţa exact aşa cum este, nu aşa cum ne-am dori noi să o vedem. Aşa cum vom descoperi în continuare, renunţarea la presupunerile inutile conduce la redobândirea puterii personale pe care am investit-o în ele. Prin redobândirea acestei energii extrem de preţioase, noi ne putem folosi de ea pentru a ne crea un alt vis: visul raiului personal. De aceea, *nu mai face presupuneri inutile.*



6

PUTEREA CREDINȚEI

Simbolul lui Moş Crăciun

A existat cândva o perioadă în viața noastră când eram stăpânii absoluți ai credinței noastre. După ce am trecut însă prin procesul de educație, puterea credinței noastre s-a divizat între simbolurile pe care le-am învățat, iar la un moment dat acestea au început să ne guverneze viața. De fapt, puterea credinței noastre s-a transformat în *tot* ceea ce cunoaştem, iar de atunci cunoaşterea a ajuns să capete controlul asupra noastră. În mod firesc, copiii mici sunt copleşiți de convingerile celor din jurul lor. Simbolurile reprezintă o invenție minunată, dar copiii află de ele numai învățând opiniile şi convingerile deja existente ale adulților. Ei acceptă cu

uşurinţă aceste opinii, fără să se întrebe vreodată dacă sunt adevărate sau nu. Când ajung să stăpânească limbajul pe care l-au asimilat odată cu toate opiniile oamenilor mari, simbolurile capătă deja puterea credinţei lor.

Acest lucru nu este bun sau rău în sine, corect sau greşit. Pur şi simplu, aşa se petrec lucrurile pe această planetă, iar mecanismul este universal. Prin intermediul lui, oamenii învaţă să se integreze în societate. Ei învaţă o limbă, o religie sau o filozofie, un mod de a trăi, şi îşi structurează întregul sistem al convingerilor pe opiniile pe care le-au auzit de mici. Copiii nu au niciun motiv să pună la îndoială ce le spun adulţii, până când suferinţa îi învaţă că nu tot ce au auzit în copilărie a fost adevărat.

De pildă, ei se duc la şcoală şi îi aud vorbind pe copiii mai mari. Aceştia îi arată cu degetul şi râd: „Îl vezi pe puştiul acela? Încă mai crede în Moş Crăciun." Mai devreme sau mai târziu, ei descoperă că Moş Crăciun nu există. Tu îţi mai aduci aminte cum ai reacţionat, cum *te-ai simţit* atunci când ai aflat că Moş Crăciun nu există? Desigur, părinţii tăi nu au avut intenţii rele atunci când ţi-au spus că Moş Crăciun există. Această credinţă reprezintă o tradiţie minunată în care cred milioane de oameni. Există chiar un colind care descrie perfect ceea ce li se spune copiilor despre Moş Crăciun: „Fii cu ochii în patru; nu mai plânge şi nu te bosumfla. Am să îţi spun de ce: Moş Crăciun vine în oraş!" Copiilor li se spune că Moş Crăciun ştie tot ce

fac, dacă au fost cuminți sau nu, dacă s-au spălat sau nu pe dinți înainte de culcare. Și ei *cred* în ceea ce li se spune.

Când vine Crăciunul, copilul primește cadouri, dar nu pe cele pe care și le dorea. Să spunem că își dorea o bicicletă și că a fost cuminte întregul an, dar familia lui este foarte săracă și nu își poate permite o bicicletă. Când copilul își deschide cadourile, el se simte dezamăgit, întrucât nu a primit bicicleta pe care a cerut-o. În schimb, copilul vecinilor, care a fost foarte rău tot anul, primește o bicicletă (întrucât părinții lui și-au permis să i-o cumpere). Copilul își spune în sinea lui: „Eu am fost cuminte, iar acel copil nu a fost. Atunci, cum se face că el a primit o bicicletă, iar eu nu!? Dacă este adevărat că Moș Crăciun știe tot ce fac eu, înseamnă că știe și ce face celălalt copil. De ce lui i-a adus o bicicletă, și mie nu?"

Pur și simplu nu este drept, iar copilul nu înțelege de ce. Reacția lui emoțională este una de mânie, de dezamăgire și de tristețe. El îl vede pe copilul vecinilor călărind fericit bicicleta, mai rău ca oricând, și își dorește să se ducă și să îi tragă una, sau să îi strice bicicleta. Copilul percepe astfel lumea ca fiind *nedreaptă*, iar acest lucru se datorează faptului că a crezut într-o minciună. Desigur, este o minciună nevinovată, fără intenții rele, dar copilul *crede* în ea, așa că el face un nou legământ cu el însuși și își spune: „De acum înainte nu voi mai fi cuminte. O să fiu rău, ca vecinul meu." Mai târziu, el descoperă că Moș Crăciun nu există deloc, dar acum este prea târziu. El nu

mai poate inversa cursul mâniei, invidiei și tristeții pe care le-a simțit și care l-au făcut să facă un nou legământ cu conștiința sa.

Acesta este doar un exemplu de investire a credinței noastre într-un simbol. Pe lângă simbolul lui Moș Crăciun există însă alte sute și mii de simboluri, povești și superstiții în care oamenii cred. Simbolul lui Moș Crăciun ilustrează cum până și o minciună inocentă poate declanșa emoții otrăvitoare în interiorul conștiinței noastre. Aceste emoții ne fac rău, ne rănesc corpul și ne provoacă o mare suferință. Și totul din cauza unei povești care nu este adevărată. Emoțiile sunt însă cât se poate de adevărate. Ele fac parte din adevărul ființei noastre, dar motivul care le-a declanșat nu este adevărat. El reprezintă o simplă ficțiune.

Dacă te întrebi de ce te simți atât de deprimat în anumite ocazii, poți fii convins că acest lucru se datorează unei povești neadevărate pe care ți-o spui și pe care o crezi. Visul tău a devenit profund distorsionat, iar acest lucru trebuie luat ca atare. El nu este rău sau bun, corect sau greșit. Pur și simplu, este ceva care se întâmplă cu miliarde de oameni. Tu nu ești singurul aflat în această situație.

Lumea simbolurilor este extrem de puternică, întrucât aceste simboluri sunt încărcate cu o forță care provine din adâncurile ființei noastre și pe care noi o numim *viață*, *credință* sau *intenție*. De cele mai multe ori, noi nici măcar

nu ne dăm seama ce se întâmplă, dar totalitatea acestor simboluri alcătuiesc o platoşă foarte puternică, alcătuită din legămintele pe care le facem, şi pe care noi o numim *sistemul convingerilor.* De la o simplă literă şi până la un cuvânt, de la o simplă poveste şi până la o întreagă filozofie, toate aceste simboluri în care ajungem să credem fac parte integrantă din această structură.

Sistemul convingerilor structurează întreaga noastră realitate virtuală şi cu fiecare legământ nou pe care îl facem, el devine din ce în ce mai puternic şi dobândeşte din ce în ce mai multă putere, până când ajunge aproape la fel de solid ca o clădire din cărămizi. Dacă ne imaginăm că fiecare simbol, fiecare concept şi fiecare legământ reprezintă o cărămidă, credința noastră reprezintă – metaforic vorbind – mortarul care uneşte aceste cărămizi. Cu cât avansăm mai mult în viață, cu atât mai mult şi mai variat amestecăm între ele aceste simboluri, până când conceptele în care credem ajung să interacționeze între ele şi să dea naştere unor noi concepte, mai complexe. Mintea abstractă devine din ce în ce mai bine organizată şi din ce în ce mai complicată, iar structura continuă să crească, incluzând întreaga noastră cunoaştere.

Toltecii numesc această structură: *forma umană.* Această formă nu se referă la forma corpului nostru fizic, ci la forma minții noastre. Ea reprezintă totalitatea convingerilor noastre legate de sine şi de toate celelalte lucruri care ne ajută să dăm sens visului nostru. Forma

umană este cea care ne conferă identitate, dar nu este totuna cu cadrul exterior al visului. Acest cadru este lumea materială, care reprezintă un adevăr. Forma umană este sistemul de convingeri cu toate elementele sale critice. Tot ceea ce există în acest sistem de convingeri reprezintă adevărul nostru personal. Noi judecăm totul în funcție de aceste convingeri, chiar dacă ele se împotrivesc uneori adevăratei noastre naturi.

În urma procesului de dresare, sistemul convingerilor devine *Cartea Legii* care ne guvernează viața. Atunci când urmăm regulile din această carte, noi ne răsplătim singuri; atunci când le încălcăm, noi ne pedepsim. Sistemul convingerilor devine astfel Marele Judecător din mintea noastră, dar și Victima Supremă. Mai întâi ne judecă, și apoi ne pedepsește. Marele judecător este alcătuit din simboluri și operează cu simboluri, în funcție de care judecă tot ceea ce percepe, inclusiv simbolurile! Victima este acea parte a ființei noastre care este condamnată și care primește pedeapsa. Atunci când interacționăm cu lumea exterioară, noi îi judecăm și îi pedepsim pe ceilalți oameni în funcție de aceeași Carte a Legii.

Marele judecător își joacă perfect rolul, întrucât noi suntem de acord cu legile de care ține cont. Din păcate, sistemul convingerilor noastre prinde viață în mintea noastră și se folosește de cunoașterea noastră împotriva propriei noastre ființe. El se folosește de tot ceea ce știm, de toate regulile în funcție de care considerăm că ar trebui

să ne trăim viața, pe care le aplică pentru a pedepsi victima, adică pe noi înșine. El se folosește de limbajul nostru pentru a ne critica, pentru a ne condamna, pentru a ne face să ne simțim vinovați și rușinați. Ne abuzează verbal și ne face să ne simțim mizerabil, creând în mintea noastră tot felul de demoni, și implicit un vis al iadului personal. Există nenumărate alte simboluri prin care putem exprima același adevăr.

De pildă, putem spune că sistemul convingerilor ne guvernează viața asemeni unui tiran. El ne privează de libertate și ne transformă în niște sclavi. Ne privează de întreaga noastră putere, deși noi suntem reali, iar el nu! Adevăratul nostru eu rămâne ascuns undeva în interiorul minții, dar cel care controlează mintea este acest sistem al convingerilor noastre, al cunoștințelor pe care le-am acumulat și cu care am fost de acord. Sărmanul nostru corp, care este minunat de frumos și absolut perfect, devine victima judecăților și pedepselor sale. El devine un simplu vehicul manevrat de mintea noastră așa cum dorește aceasta, fără scrupule și fără discernământ.

Sistemul convingerilor există în regatul minții. De aceea, nu îl putem vedea sau măsura, dar știm cu siguranță că există. Ceea ce nu știm este că această structură nu există decât pentru că am creat-o noi înșine. Fiind creația noastră, ne urmează oriunde ne-am duce. Am trăit atât de multă vreme în acest fel încât nici măcar nu ne mai

dăm seama de el. Deşi nu este reală, ci virtuală, mintea umană are o *putere totală*, întrucât este creată de viaţă.

De aceea, cine doreşte să evolueze pe calea lucidităţii şi a cunoaşterii de sine trebuie să devină conştient de propria sa creaţie şi să înţeleagă că aceasta este vie. Toate convingerile noastre, de la cea mai mică dintre ele (cum ar fi sunetul unei litere) şi până la cea mai mare (cum ar fi o filozofie de viaţă), se folosesc de forţa noastră vitală pentru a supravieţui. Dacă ne-am putea vedea mintea în acţiune, am percepe milioane de forme vii, a căror viaţă depinde în totalitate de credinţa pe care o investim în ele şi de atenţia noastră. Noi ne folosim de forţa noastră vitală pentru a susţine acest edificiu. Fără noi, aceste idei nu ar putea exista, şi întreaga construcţie s-ar prăbuşi.

Noi putem vedea cu ajutorul imaginaţiei procesul de creaţie a „mitologiei noastre personale", a sistemului nostru de convingeri, inclusiv felul în care ne investim credinţa în minciuni. În decursul acestui proces de învăţare apar numeroase concepte care le contrazic pe celelalte. Noi ne construim atât de multe vise diferite şi ne creăm atât de multe structuri încât acestea ajung să se ciocnească unele de altele, anulând puterea cuvântului nostru. Când ajungem în această situaţie, cuvântul nostru nu mai valorează nimic, întrucât atunci când două forţe acţionează în direcţii opuse, ele se anulează reciproc. Atunci când nu există decât o singură forţă, care acţionează în aceeaşi direcţie, puterea ei este imensă, iar intenţiile noastre se

manifestă pentru simplul motiv că așa spunem noi. Într-un astfel de caz, cuvintele noastre sunt încărcate cu întreaga putere a credinței noastre.

Copiii își investesc credința în toate lucrurile pe care le învață. Din păcate, în decursul acestui proces, ei își pierd puterea personală pe care o au asupra propriei lor vieți. Atunci când cresc și devin adulți, credința lor este investită în atât de multe minciuni încât cei mai mulți dintre ei nu mai au puterea de a-și crea visul dorit. Sistemul convingerilor lor a înghițit întreaga putere a credinței lor, astfel încât lor nu le mai rămâne aproape niciun pic de putere. În cazul anumitor simboluri, cum este cel al lui Moș Crăciun, este ușor să ne dăm seama cum ne investim credința în ele, dar nu este la fel de ușor să facem acest lucru cu toate simbolurile, cu toate poveștile și cu toate opiniile pe care le-am acceptat de-a lungul timpului în legătură cu noi și cu lumea înconjurătoare.

Este foarte important să înțelegem acest mecanism, iar singura manieră prin care îl putem înțelege constă în a fi conștienți. Dacă suntem atenți și ne convingem singuri că ne investim puterea personală în toate lucrurile în care credem, noi putem inversa acest proces, luându-ne înapoi puterea investită în simboluri, care nu vor mai avea astfel putere asupra noastră. Dacă le luăm puterea pe care am investit-o în ele, simbolurile rămân niște simple simboluri, care își vor asculta creatorul, respectiv adevăratul nostru *sine*, și care își vor îndeplini adevărata menire, aceea de instrumente de comunicare.

Atunci când ne dăm seama că Moş Crăciun nu există, noi nu mai credem în el, iar puterea pe care am investit-o în acest simbol se întoarce la noi. Ne dăm astfel seama că noi am fost cei care am acceptat să credem în Moş Crăciun. Prin cultivarea lucidităţii, noi ajungem să înţelegem că noi am fost cei care am acceptat să credem în toată simbolistica pe care am acceptat-o. De vreme ce noi am fost cei care ne-am investit puterea personală în toate aceste simboluri, noi suntem singurii care ne-o putem lua înapoi.

Pornind de la această premisă şi de la luciditatea astfel câştigată, noi ne putem recupera puterea personală pe care am investit-o de-a lungul timpului în toate convingerile noastre, fără a o mai pierde vreodată. Dacă ne putem da seama că noi singuri ne-am creat structura convingerilor noastre, noi ne putem recupera credinţa în noi înşine. Căpătând încredere în noi înşine, şi nu în sistemul convingerilor noastre, noi ajungem să înţelegem de unde vine adevărata noastră putere şi începem să dezmembrăm această structură.

Când structura convingerilor noastre este complet anihilată, noi devenim extrem de flexibili. Putem crea orice ne propunem şi putem face orice dorim. Ne putem investi credinţa în orice convingere nouă. Depinde numai de noi. Dacă ajungem să nu mai credem în lucrurile care ne fac să suferim, suferinţa dispare ca prin magie din viaţa noastră. În acest scop, noi nu avem nevoie de noi gânduri, ci de acţiune. Numai în acest fel ne vom putea transforma viaţa.



7

PRACTICA ESTE SECRETUL MAESTRULUI

Al Patrulea Legământ: Fă întotdeauna tot ce îţi stă în puteri

Dacă te simţi pregătit să îţi schimbi viaţa (adică vechile legăminte), cel mai important lucru dintre toate devine luciditatea. Nu îţi vei putea schimba niciodată vechile legăminte dacă nu vei deveni conştient de ceea ce îţi place şi de ceea ce îţi displace cu adevărat. Cum ai putea schimba ceva în viaţa ta dacă nici măcar nu ştii ce anume îţi doreşti să schimbi? Numai luciditatea nu este însă suficientă. Ea trebuie susţinută şi de acţiune. Dacă eşti conştient de necesitatea unei schimbări, dar nu faci nimic pentru a o implementa, ea nu se va produce de la

sine. Orice schimbare este rezultatul acțiunii, al practicii. După cum spune proverbul: „Practica îl transformă pe discipol într-un maestru."

Tu ai învățat tot ce ai învățat până acum prin repetiție și prin practică. Așa ai învățat să vorbești, să mergi, să citești și să scrii. Dacă ai ajuns să controlezi perfect limba pe care o vorbești, acest lucru se datorează practicii. Prin același procedeu ai învățat toate convingerile care îți guvernează astăzi viața. Viața ta actuală este rezultatul numeroșilor ani de practică.

De-a lungul întregii tale vieți, tu ai practicat încontinuu, astfel încât ai devenit cel care ești acum. Ai practicat diferitele tale convingeri actuale până când acestea au devenit automate. În mod similar, dacă vei continua să practici alte convingeri, viața ta se va schimba, mulându-se după acestea. De pildă, dacă vei practica *impecabilitatea cuvântului*, dacă vei refuza să mai *interpretezi ceva în nume personal* și dacă *nu vei mai face presupuneri inutile*, vei rupe automat zeci de legăminte care te țineau captiv în visul iadului tău personal. În scurt timp, noile tale convingeri vor deveni o opțiune a *sinelui tău real*, nu a *imaginii de sine* pe care ai cultivat-o atât de multă vreme.

Primul legământ, *„Fii impecabil în tot ceea ce spui"*, este suficient în sine pentru a-ți crea o viață cu adevărat frumoasă. El te poate conduce până la poarta raiului, dar uneori este greu de aplicat fără ajutorul celorlalte legăminte. Dacă *nu vei mai interpreta nimic la modul personal*

şi dacă *nu vei mai face presupuneri inutile*, îţi va fi infinit mai uşor să fii impecabil în ceea ce spui. Atunci când nu mai faci presupuneri inutile, este mult mai uşor să nu mai interpretezi nimic la modul personal, şi invers. Împreună, legămintele doi şi trei te ajută să respecţi mult mai uşor primul legământ.

La prima vedere, primele trei legăminte pot părea dificil de aplicat. Unora li se pot părea chiar imposibile. Crede-mă însă pe mine: nu sunt imposibile. Sunt însă de acord că sunt dificil de aplicat, pentru că noi ne-am obişnuit să practicăm exact opusul lor. Toată viaţa noastră am practicat exclusiv credinţa în vocea din mintea noastră. Din fericire, pe lângă ele mai există şi al patrulea legământ, care este foarte uşor de aplicat. El este cel care face ca totul să devină cu putinţă: *fă întotdeauna tot ce îţi stă în puteri.* Dacă faci acest lucru, este suficient. Nu trebuie să faci nici mai mult şi nici mai puţin. Doar ceea ce îţi stă în puteri. *Acţionează.* Treci la fapte. Cum ai putea face tot ce îţi stă în puteri dacă nu faci nimic?

„*Fă întotdeauna tot ceea ce îţi stă în puteri*“ este legământul pe care orice om îl poate aplica. De fapt, acesta este singurul lucru pe care îl *putem* face cu toţii. A face tot ce îţi stă în puteri nu înseamnă să acţionezi uneori la 80%, iar alteori la 20% din capacitatea ta optimă. Înseamnă să acţionezi întotdeauna la 100% din potenţialul tău. Aceasta trebuie să fie intenţia ta. Desigur, acest potenţial nu rămâne constant, ci se modifică în funcţie de diferiţi factori. Tu nu

eşti niciodată acelaşi, căci eşti viu şi te schimbi tot timpul. De aceea, potenţialul tău maxim se modifică la rândul lui de la o clipă la alta.

De pildă, el depinde de starea ta de oboseală sau de revigorare fizică, dar şi de starea ta emoţională din momentul respectiv. Potenţialul tău se va modifica în permanenţă în timp, dar pe măsură ce te vei deprinde să practici Cele Patru Legăminte, el va avea tendinţa să se îmbunătăţească constant.

Al patrulea legământ le permite primelor trei legăminte să devină nişte obişnuinţe adânc gravate în subconştient. Repetiţia şi practica te vor transforma într-un maestru. Nu trebuie să te aştepţi însă să stăpâneşti aceste legăminte din prima clipă. Nu trebuie să crezi că vei reuşi să fii întotdeauna impecabil în ceea ce spui, că nu vei mai interpreta niciodată lucrurile într-o manieră personală sau că nu vei mai face niciodată presupuneri inutile. Obişnuinţele tale sunt mult prea puternic înrădăcinate în mintea ta. De aceea, acţionează atât cât îţi stă în puteri.

Dacă ţi se întâmplă să îţi încalci un legământ, fă-l din nou. Ia-o de la început a doua zi, şi în cea următoare. Continuă să practici, orice s-ar întâmpla. Vei constata că cu fiecare nouă zi îţi va fi tot mai uşor. Dacă vei face tot ce îţi va sta în puteri, obişnuinţa de a te folosi în mod greşit de cuvinte, de a interpreta lucrurile la modul personal şi de a face presupuneri inutile va deveni din ce în ce mai slabă sau mai puţin frecventă. Dacă vei continua să

acţionezi în sensul schimbării acestei obişnuinţe, mai devreme sau mai târziu vei reuşi.

Va veni astfel cu siguranţă un moment în care Cele Patru Legăminte se vor transforma într-o obişnuinţă pentru tine. Ele vor deveni automate. Altfel spus, nu va mai trebui să faci niciun efort pentru a le practica. Va veni o zi în care vei descoperi că întreaga ta viaţă este guvernată de Cele Patru Legăminte. Îţi poţi imagina viaţa ta trăită în acest fel? În loc să te mai chinuieşti cu conflictele şi cu dramele personale, viaţa ta va deveni extrem de uşoară.

Dacă tot îţi creezi visul personal, proces care nu poate fi evitat, de ce nu ţi-ai crea un vis minunat? Tu eşti înzestrat cu o minte care percepe lumina şi eşti pe punctul de a visa. Dacă ţi-ai propune să nu creezi nimic cu mintea ta, te-ai plictisi în scurt timp, iar marele judecător din mintea ta s-ar opune acestei stări, după care te-ar judeca în funcţie de convingerile tale: „O, ce leneş eşti! Ar trebui să faci ceva cu viaţa ta!" În acest caz, de ce nu ai visa ceva frumos, bucurându-te sincer de visul tău? Dacă eşti capabil să crezi în limitările tale, de ce nu ai crede în frumuseţea şi în puterea ta interioară, a vieţii care se manifestă prin tine?

Viaţa ne dăruieşte totul şi poate fi o adevărată plăcere. De ce nu ai crede în generozitatea vieţii? De ce nu ai învăţa să fii generos şi bun cu tine însuţi? Dacă acest lucru te face fericit şi nu te împiedică să fii la fel de bun şi cu cei din jur, de ce nu ai face-o? Dacă tot te afli în plin proces de

transformare (visele se schimbă întotdeauna, chiar dacă nu-ţi doreşti acest lucru), de ce nu ai încerca să controlezi acest proces, astfel încât să îţi creezi propriul paradis personal?

Visul vieţii tale este alcătuit din miriade de vise mai mici, care sunt extrem de dinamice. Ele se nasc, cresc şi apoi mor, fiind supuse unui proces continuu de transformare. De cele mai multe ori, ele se transformă însă fără ca tu să fii conştient. Dacă vei deveni conştient de faptul că visezi, tu îţi vei redobândi puterea de a-ţi schimba visul oricând vei dori acest lucru. Când vei descoperi că ai puterea de a-ţi crea un vis paradisiac, îţi vei dori instantaneu să îţi schimbi visul actual, iar Cele Patru Legăminte reprezintă instrumentul perfect în acest scop. Ele pun la îndoială puterea tiranului interior, a marelui judecător şi a victimei din mintea ta, inclusiv toate legămintele care ţi-au făcut viaţa atât de dificilă până în prezent.

Dacă îţi vei pune la îndoială convingerile prin simpla ridicare a acestei probleme, vei descoperi un lucru extrem de interesant: până acum, întreaga ta viaţă te-ai străduit să fii suficient de bun de dragul celorlalţi, dar niciodată de dragul tău. Ţi-ai sacrificat astfel libertatea individuală pentru a-ţi trăi viaţa în funcţie de criteriile celorlalţi. Ai încercat să fii suficient de bun pentru mama ta, pentru tatăl tău, pentru profesorii tăi, pentru iubitul sau iubita ta, pentru copiii tăi, pentru religie şi pentru societate în

ansamblul ei. După ce ai încercat acest lucru timp de foarte mulți ani, merită să încerci să fii suficient de bun și pentru *tine însuți*. La început, vei constata însă că nu este deloc ușor.

De ce nu te-ai pune pe tine pe primul loc, poate pentru prima dată în viața ta? Învață din nou să te iubești pe tine însuți prin acceptarea necondiționată de sine. Începe prin a-ți proiecta iubirea necondiționată față de sinele tău *autentic*. Practică apoi această iubire din ce în ce mai mult. Atunci când te iubești necondiționat pe tine însuți, nu mai poți cădea cu ușurință victimă prădătorilor din exterior care încearcă să îți controleze viața. Nu mai ești dispus să te sacrifici pentru nimeni. Dacă vei practica iubirea de sine, vei ajunge să obții măiestria asupra ei.

„Fă întotdeauna tot ce îți stă în puteri“ reprezintă legământul care te poate ajuta să devii un mare artist. Primele trei legăminte acționează doar în sfera realității virtuale, în timp ce cel de-al patrulea acționează în sfera lumii fizice. El se referă la acțiune și practică, cele două criterii care te pot transforma într-un maestru visător. Dacă vei face întotdeauna tot ce îți va sta în puteri, mai devreme sau mai târziu vei ajunge să stăpânești arta transformării. Aceasta este cea de-a doua putere a artistului și este ilustrată perfect de cel de-al patrulea legământ. Dacă vei face întotdeauna tot ce îți va sta în puteri, tu vei acționa, te vei transforma și îți vei schimba astfel visul vieții tale.

Scopul celei de-a doua arte este de a-ţi privi în faţă convingerile şi de a le transforma. Măiestria este dobândită prin schimbarea legămintelor şi prin reprogramarea minţii tale aşa cum doreşti. Rezultatul este libertatea de a-ţi trăi propria viaţă, nu viaţa impusă de sistemul convingerilor tale. Când Cartea Legii dispare din mintea ta, odată cu ea dispar inclusiv tiranul, judecătorul şi victima.

Transformarea a început deja, şi ea nu poate începe decât prin tine. Ai curajul de a fi în totalitate sincer cu tine însuţi, de a privi în faţă adevărul şi de a vedea ce scenariu scrii pentru visul vieţii tale? Ai curajul de a-ţi recunoaşte propriile minciuni şi superstiţiile în care crezi? Ai curajul de a trece în revistă convingerile legate de propria ta fiinţă, sau te simţi speriat, întrucât rănile sunt prea multe? Poate că răspunsul la întrebările de mai sus este: „Nu ştiu." Important este să accepţi această provocare şi să îţi transformi visul. De altfel, acest lucru se întâmplă chiar acum, căci lectura acestei cărţi te învaţă să pui capăt minciunilor din viaţa ta.

Cele Patru Legăminte reprezintă o sinteză a *artei transformării*, respectiv a procesului de dezvăţare a cunoaşterii deja învăţate. Învăţarea este echivalentă cu asumarea anumitor legăminte, iar dezvăţarea presupune ruperea acestora. Ori de câte ori vei rupe un legământ, puterea personală pe care ai investit-o în el se va întoarce la tine, căci nu va mai trebui să cheltuieşti energie pentru a susţine respectivul legământ.

Începe mai întâi prin ruperea unor legăminte minore, care nu necesită o putere foarte mare din partea ta. Pe măsură ce procesul de dezvăţare va continua, structura cunoaşterii tale va fi dezmembrată cărămidă cu cărămidă, iar credinţa ta va fi eliberată. În acest fel, puterea ta personală va creşte, iar voinţa ta va deveni din ce în ce mai puternică. Vei căpăta astfel forţa de a rupe un nou legământ, apoi un altul şi un altul. Puterea ta personală va continua să crească exponenţial, permiţându-ţi să realizezi aproape orice vei dori. În scurt timp vei începe să îţi asumi noi legăminte, care te vor conduce către fericire, bucurie şi iubire. Acestea vor deveni vii în fiinţa ta şi vor începe să interacţioneze cu lumea exterioară, şi astfel, întregul tău vis se va schimba.

Procesul de dezvăţare începe prin a-ţi privi în faţă convingerile actuale. Cum poate fi realizat acest lucru? Există un singur instrument care îţi permite să îţi evaluezi convingerile actuale: îndoiala. Desigur, şi el reprezintă tot un simbol, dar este unul foarte puternic. Prin puterea îndoielii, tu poţi evalua toate mesajele pe care le primeşti şi pe care le transmiţi. Toate convingerile din Cartea Legii pot fi profund zdruncinate prin puterea îndoielii. Acelaşi lucru este valabil şi pentru convingerile care guvernează societatea. În final, vei rupe astfel vraja minciunilor şi superstiţiilor care ţi-au controlat până acum lumea personală. Aşa cum vei afla în Partea a II-a a cestei cărţi, cel de-al cincilea legământ îţi va conferi puterea îndoielii.

Partea a II-a



PUTEREA ÎNDOIELII



Capitolul 8

PUTEREA ÎNDOIELII

Al Cincilea Legământ: Fii sceptic, dar învață să asculți

Al cincilea legământ sună astfel: „*Fii sceptic, dar învață să asculți.*“ Prima parte a legământului te învață să îți cultivi scepticismul pentru un motiv cât se poate de simplu: marea majoritate a lucrurilor pe care le auzi nu sunt adevărate. Tu știi deja că oamenii comunică prin simboluri și că aceste simboluri nu sunt adevărate. Simbolurile par adevărate doar atât timp cât suntem de acord cu ele, dar nu reprezintă *în sine* adevărul. A doua parte a legământului spune: „*Învață să asculți.*“ Motivul este la fel de simplu: atunci când asculți cu adevărat, tu poți înțelege cu ușurință semnificația simbolurilor folosite

de oameni. Le poţi înţelege astfel povestea, iar comunicarea cu ei devine mult mai uşoară. Dacă toţi oamenii ar practica acest legământ, în locul confuziei actuale ar domni pacea şi claritatea.

Dacă ai înţeles că marea majoritate a mesajelor transmise prin simboluri nu sunt adevărate, semnificaţia primei părţi a legământului, cea referitoare la scepticism, devine mult mai profundă. În acest caz, *scepticismul* este legat de măiestrie, întrucât se foloseşte de puterea îndoielii pentru a discerne adevărul. Ori de câte ori îţi auzi propria minte sau pe un alt artist spunându-ţi ceva, pune-ţi această întrebare: *„Este acest lucru adevărat, sau nu este? Este aceasta o realitate autentică, sau doar o realitate virtuală?“* Îndoiala te poate conduce *dincolo* de simboluri şi te face responsabil pentru toate mesajele pe care le primeşti sau pe care le transmiţi. De ce ţi-ai investi încrederea într-un mesaj care nu este adevărat? Cultivarea scepticismului te va ajuta să nu mai crezi orice mesaj, să nu-ţi mai investeşti încrederea în mesajele neadevărate şi în simboluri, şi implicit să ţi-o păstrezi pentru tine.

De vreme ce credinţa înseamnă să nu ai îndoieli, iar îndoielile presupun automat o lipsă de credinţă, *fii sceptic. Nu crede tot ce auzi.* Altfel spus, nu crede în toate poveştile pe care şi le creează artiştii visători prin cunoaşterea pe care au acumulat-o. Aşa cum ştii deja, cea mai mare parte a cunoaşterii acumulate nu este adevărată. Întreaga simbolistică este neadevărată. De aceea, *nu mă crede pe*

mine, nu te crede pe tine şi nu crede pe nimeni altcineva. Adevărul nu are nevoie de credinţa ta pentru a fi recunoscut. El există pur şi simplu, şi supravieţuieşte indiferent dacă tu crezi sau nu în el. Numai minciunile au nevoie de credinţa ta. Ele ştiu că dacă nu vei crede în ele, nu vor supravieţui scepticismului tău şi vor dispărea.

Pe de altă parte, scepticismul poate merge în două direcţii opuse. Una constă în a pretinde că eşti sceptic pentru că te consideri prea deştept pentru a te lăsa prostit. „Iată cât de inteligent sunt. Nu cred în nimic." Acesta nu este un scepticism autentic. Adevăratul scepticism înseamnă să nu crezi din start în orice auzi şi să discerni adevărul de minciună. Atâta tot. El te ajută doar să devii conştient de faptul că marea majoritate a oamenilor trăiesc în minciună. Dacă ştii că oamenii visează şi distorsionează adevărul, este normal să fii sceptic atunci când îi asculţi. Numai în acest fel poate deveni visul tău o reflectare a adevărului.

Orice artist distorsionează adevărul, dar nu trebuie să îl condamni sau să îl faci mincinos în faţă pentru acest lucru. La urma urmelor, cu toţii minţim într-un fel sau altul, dar nu neapărat pentru că dorim acest lucru, ci pentru că suntem convinşi că avem dreptate. Aşa ne-au învăţat simbolurile pe care le-am acumulat. Dacă devii conştient de acest proces, cel de-al cincilea legământ capătă un nou sens şi îţi poate schimba viaţa.

Oamenii vor veni la tine şi îţi vor spune povestea lor personală. Ei îţi vor comunica punctul lor de vedere, pe care îl consideră adevărat. Tu nu trebuie să judeci acest punct de vedere pentru a stabili dacă este adevărat sau nu. Arată-le respect şi nu îi critica niciodată. Ascultă ce au ei de spus prin simbolurile lor, pornind însă de la premisa că ceea ce îţi spun este distorsionat de convingerile lor. Povestea lor este doar atât: o poveste, iar tu *ştii* acest lucru, pentru că aşa simţi. La fel de bine îţi poţi da seama şi când cuvintele lor sunt adevărate.

Indiferent dacă este adevărată sau fictivă, tu nu trebuie să crezi povestea nimănui. Nu trebuie să îţi formezi o opinie în legătură cu ea. Nu eşti nevoit să îţi exprimi această opinie. Nu trebuie să fii de acord cu povestea ascultată, la fel cum nu trebuie să fii nici în dezacord cu ea. Este suficient să o *asculţi*. Cu cât persoana pe care o asculţi este mai impecabilă în ceea ce spune, cu atât mai clar va fi mesajul transmis de ea, dar tu trebuie să porneşti de la premisa că povestea unui alt artist visător nu are nimic de-a face cu tine. Indiferent dacă te include şi pe tine, ea nu te poate afecta în niciun fel din punct de vedere personal. O asculţi şi înţelegi toate cuvintele, dar acestea nu te pot influenţa. Tu nu mai judeci ce spun ceilalţi, pentru că înţelegi acest mecanism. De fapt, ei te informează doar în ceea ce priveşte lumea lor virtuală.

Tu ştii deja că toţi artiştii visători trăiesc în propriul lor vis, în lumea lor subiectivă. Tot ceea ce percep ei în

această lume este adevărat pentru ei, dar pentru tine nu reprezintă un adevăr. Singurul adevăr pe care îl poţi cunoaşte tu este cel din lumea *ta* subiectivă. De aceea, nu ai nimic de dovedit celorlalţi. De asemenea, nu-ţi pasă dacă au dreptate sau nu. Respecţi opiniile tuturor, ştiind din start că ele exprimă adevărul unui alt artist. Acest respect este extrem de important. Dacă vei învăţa să asculţi, îţi vei manifesta întotdeauna acest respect faţă de ceilalţi artişti, faţă de arta sau de creaţia lor.

Toţi artiştii au dreptul de a-şi crea viaţa exact aşa cum doresc. Ei au dreptul de a crede absolut orice doresc şi de a spune orice doresc. Dacă nu vei învăţa să îi asculţi, tu nu vei putea înţelege ce spun ei. Ascultarea este foarte importantă în procesul comunicării. Dacă vei învăţa să îi asculţi, vei înţelege exact ce doresc să spună oamenii. În continuare, va depinde numai de tine ce vei face cu această informaţie. Tu poţi reacţiona sau nu, poţi fi de acord sau nu cu ceea ce spun ei, în funcţie de ceea ce îţi doreşti *tu*.

Simplul fapt că altcineva doreşte ceva nu înseamnă că trebuie neapărat să îi dai ceea ce îşi doreşte. Ceilalţi oameni încearcă întotdeauna să îţi capteze atenţia, întrucât numai în acest fel îţi pot transmite informaţiile lor. De multe ori, tu nu îţi doreşti aceste informaţii. În astfel de cazuri, ascultă-i, apoi ignoră informaţiile primite şi vezi-ţi de treabă. Dacă informaţiile respective îţi atrag cu adevărat atenţia, ascultă-le şi mai atent, pentru a afla dacă ele prezintă importanţă pentru tine. Împărtăşeşte-ţi apoi punctul de

vedere (dar numai dacă doreşti), pornind de la premisa că nu este altceva decât un punct de vedere. Depinde numai de tine dacă doreşti sau nu să faci acest lucru, dar cheia întregului proces este *ascultarea.*

Dacă nu vei învăţa să asculţi, tu nu vei putea înţelege niciodată ceea ce doresc să îţi transmit eu. Te vei repezi imediat să tragi concluzii şi vei reacţiona ca şi cum cuvintele mele ar face parte integrantă din visul tău. În realitate, ele nu fac. Ori de câte ori un alt artist îţi împărtăşeşte visul lui, fii conştient de acest lucru: că este visul *lui.* Tu ştii foarte bine care este visul tău, ce include şi ce nu include el.

Prin această carte, eu îţi împărtăşesc maniera în care percep eu lumea. Ceea ce spun este adevărat pentru mine, dar eu însumi ştiu că această poveste nu reprezintă adevărul *absolut;* de aceea, nu trebuie să mă crezi. Orice ţi-aş spune, este doar punctul meu de vedere. Desigur, din punctul meu de vedere, eu îţi împărtăşesc adevărul curat. Fac tot ce îmi stă în puteri pentru a rosti aceste cuvinte în maniera cea mai impecabilă cu putinţă, astfel încât să înţelegi ce doresc să îţi transmit, dar oricât de clar ar fi mesajul meu, eu ştiu foarte bine că tu îl vei distorsiona de îndată ce îl vei recepta. Vei asculta mesajul meu, dar ţi-l vei repeta într-o manieră complet diferită, în funcţie de punctul *tău* de vedere.

Indiferent dacă ceea ce îţi spun eu reprezintă sau nu adevărul absolut, ceea ce crezi tu poate să nu fie adevărat. Eu nu reprezint decât o jumătate a adevărului transmis;

cealaltă jumătate eşti tu. Eu sunt responsabil pentru ceea ce spun eu, dar nu şi pentru ceea ce înţelegi tu. Tu eşti singurul responsabil pentru ceea ce înţelegi şi pentru ceea ce faci în continuare cu mesajul meu, pentru că tu eşti cel care dă semnificaţie cuvintelor pe care le asculţi acum.

În clipa de faţă, tu interpretezi mesajul meu în funcţie de cunoaşterea ta personală. Altfel spus, rearanjezi aceste simboluri şi le transformi într-o manieră care să îţi permită să menţii echilibrul cu celelalte convingeri din sistemul tău de valori. Odată atins acest echilibru, este posibil să îmi accepţi sau nu povestea, considerând-o adevărată. Poţi porni chiar de la premisa că ceea ce îţi spui singur în mintea ta este ceea ce am vrut eu să spun, dar acest lucru este relativ. La fel de bine, tu ai putea interpreta greşit cuvintele mele. Te-ai putea folosi de ele pentru a mă condamna, pentru a-i condamna pe alţi oameni, pentru a te condamna pe tine însuţi, pentru a-ţi judeca religia sau filozofia de viaţă ori pentru a te înfuria pe alţi oameni, dar mai ales pe tine însuţi. Alternativ, ai putea folosi cuvintele mele pentru a descoperi adevărul, pentru a-ţi descoperi esenţa, pentru a te împăca cu tine însuţi şi pentru a-ţi schimba mesajul pe care ţi-l transmiţi singur.

Orice ai face cu cuvintele mele, acest lucru depinde exclusiv de tine. Este visul tău, iar eu ţi-l respect. Nu trebuie să mă crezi neapărat, dar dacă vei învăţa să asculţi, vei înţelege ce doresc să spun, iar dacă aceste informaţii vor căpăta un sens în mintea ta, le-ai putea integra în visul

tău, dar numai dacă vei dori acest lucru. La fel de bine, vei putea prelua numai o parte dintre ele, care îți convine, pentru a-ți modifica visul, ignorând partea cu care nu ești de acord. Din punctul meu de vedere nu va exista nicio diferență, dar din punctul tău de vedere ar putea exista o astfel de diferență, întrucât eu pornesc de la prezumția (știind că este o simplă prezumție) că tu îți dorești să devii un artist mai bun, motiv pentru care ești dispus să îți pui la îndoială convingerile actuale.

Așadar, *fii sceptic.* Nu mă crede pe cuvânt. Nu crede pe nimeni pe cuvânt, dar mai presus de toate, nu te crede pe tine însuți pe cuvânt. Înțelegi ce vreau să spun atunci când afirm: *nu te crede pe tine însuți pe cuvânt?* Vreau să spun: nu crede automat în vocea cunoașterii din mintea ta! Ea nu reprezintă altceva decât o sumă de cunoștințe și de opinii adunate de la alții. Atunci când refuzi să crezi în aceste cunoștințe, tu poți evolua extrem de rapid, căci nimic din ceea ce ai învățat până în prezent nu reprezintă adevărul curat. Tot ceea ce știi tu, întreaga ta lume subiectivă, reprezintă o sumă de simboluri. Esența ta reală nu are nimic de-a face cu simbolurile care îți vorbesc în mintea ta. Știind acest lucru, fii întotdeauna sceptic față de ele și nu le crede niciodată.

De pildă, dacă vocea din mintea ta îți spune: „Sunt gras. Sunt urât. Sunt bătrân. Sunt un ratat. Nu sunt suficient de bun. Nu sunt suficient de puternic. Nu voi reuși niciodată", nu o crede, pentru că nu spune decât

minciuni. Mesajul pe care ți-l transmite este distorsionat. Nimeni nu te obligă să crezi aceste minciuni. Folosește-te de puterea îndoielii pentru a evalua fiecare mesaj pe care ți-l transmiți singur. „Este oare *adevărat* că sunt urât? „Este oare *adevărat* că nu sunt suficient de bun?" Cum este acest mesaj: real sau virtual? Este virtual, desigur. Niciunul din aceste mesaje nu provine de la viață, adică de la adevărul imuabil. Ele provin din cunoașterea ta distorsionată. Adevărul este că nu există oameni urâți, la fel cum nu există oameni care nu sunt suficient de buni sau suficient de puternici. Nu există o Carte universală a Legii care să confirme aceste judecăți. Ele nu sunt altceva decât legăminte pe care le fac oamenii cu ei înșiși.

Investirea credinței personale în vocea cunoașterii din mintea ta este una dintre cele mai proaste investiții pe care le poți face vreodată, căci tu ți-ai spus numai minciuni de-a lungul întregii tale vieți, iar motivul pentru care viața ta se dovedește adeseori un coșmar este tocmai acela că ai crezut în aceste minciuni. Tu te folosești de simbolurile învățate pentru a-ți face singur rău. În acest context, visul tău personal se poate transforma într-un iad (minciunile conduc întotdeauna la crearea unui iad personal). Dacă suferi, acest lucru nu se datorează faptului că altcineva te face să suferi, ci faptului că îl asculți pe tiranul din mintea ta. Dacă vei reuși să supui acest tiran, iar judecătorul și victima din mintea ta vor dispărea, nu vei mai suferi niciodată.

Tiranul din interiorul tău este nemilos. El nu ştie altceva decât să te abuzeze, folosindu-se de simbolurile pe care i le-ai pus la dispoziţie. Tiranul se hrăneşte cu otrava generată de emoţiile tale negative, iar maniera în care îţi trezeşte aceste emoţii constă în emiterea de judecăţi critice şi de opinii. Niciun alt om nu te va judeca vreodată atât de sever cum te judeci tu singur. Oricât de mult ai vrea să scapi de această judecată, de condamnare şi de pedeapsă, îţi este imposibil, căci tu nu poţi scăpa de gândurile tale. Dacă nu-ţi place de cineva, te poţi îndepărta de el, dar dacă nu-ţi place de tine însuţi, oriunde te-ai duce, tu vei fi acolo. Te poţi ascunde de oricine altcineva, dar nu şi de propria ta judecată. Practic, nu ai nicio scăpare.

Aşa se explică de ce atât de mulţi oameni se refugiază în excesul de mâncare, de droguri, de alcool, devenind dependenţi de diferite substanţe sau comportamente. Ei nu încearcă altceva decât să scape de propria lor poveste, de propria lor creaţie, care distorsionează toate simbolurile din mintea lor. Există chiar oameni care suferă atât de intens din cauza durerii emoţionale provocate de această poveste încât se decid să se sinucidă. Iată până unde pot merge minciunile. Vocea cunoaşterii din mintea noastră poate deveni atât de distorsionată şi poate crea o ură de sine atât de intensă încât ne poate determina chiar să ne luăm viaţa. Şi totul se datorează faptului că dăm crezare opiniilor pe care le-am învăţat de-a lungul anilor.

Imaginează-ţi că toate opiniile tale, la care se adaugă cele ale oamenilor din jurul tău, sunt precum un uragan

uriaş care face ravagii în interiorul tău. Imaginează-ţi ce înseamnă să crezi în toate aceste opinii! Dacă îţi vei manifesta scepticismul, refuzând să dai automat crezare acestor opinii, ele nu te vor putea tulbura, nu te vor putea clătina din centrul tău. Atunci când deţii controlul asupra propriei simbolistici, tu eşti întotdeauna centrat, relaxat şi calm, ştiind că cel care face alegerile din viaţa ta este sinele tău *real*, nu simbolurile din mintea ta. Tu nu te foloseşti de simboluri decât atunci când doreşti să comunici ceva.

Tu eşti artistul vieţii tale. De aceea, poţi aranja aceste simboluri exact aşa cum doreşti, pentru că ele ascultă de tine. De pildă, te poţi folosi de ele pentru a cere lucrurile de care ai nevoie, pentru a exprima ceea ce îţi doreşti sau ceea ce nu îţi doreşti. Îţi poţi exprima cu ajutorul lor gândurile, emoţiile, visele, dând naştere celor mai frumoase poeme sau proze. Simplul fapt că te foloseşti de limbaj pentru a comunica cu ceilalţi oameni nu trebuie să însemne însă că îi şi dai crezare. La urma urmelor, de ce ar trebui să crezi ceea ce ştii deja? Este o prostie să vorbeşti cu tine însuţi atunci când eşti singur. Ce ţi-ai putea spune, care să nu ştii deja?

Dacă vei înţelege în profunzime în ce constă al cincilea legământ, tu vei înţelege inclusiv motivul pentru care nu trebuie să dai crezare lucrurilor pe care le *vezi*, respectiv pe care le cunoşti dincolo de cuvinte. Adevărul nu poate fi exprimat niciodată prin cuvinte. El este cunoscut pur şi simplu. Poate fi simţit dincolo de cuvinte,

motiv pentru care mai este numit *cunoaştere tăcută.* Cunoaşterea tăcută este acea cunoaştere care apare înainte de a-ţi investi credinţa în simboluri. Dacă te vei deschide faţă de acest adevăr şi dacă vei învăţa să asculţi, simbolurile îşi vor pierde valoarea pentru tine, şi singurul lucru care va mai rămâne va fi adevărul. Atunci, nu va mai rămâne nimic de cunoscut sau de justificat.

Eu ştiu că ceea ce îţi spun acum nu este foarte uşor de înţeles, deşi este atât de simplu încât este de-a dreptul evident. Mai devreme sau mai târziu, tu vei înţelege că toate cuvintele sunt simboluri care nu sunt adevărate decât pentru că le dai crezare. Dacă ai renunţa la ele, ce ar mai rămâne? Adevărul. De pildă, dacă vezi un scaun, chiar dacă nu ştii care este numele lui, te poţi aşeza pe el, iar adevărul va fi prezent. Materia face parte integrantă din adevăr. La fel şi viaţa, lumina sau iubirea. Visul uman nu face parte din adevăr, ceea ce nu înseamnă că este ceva rău. Conceptul de „rău" este tot un simbol, deci nu este adevărat.

Dacă vei înţelege că tu eşti cel care îşi creează întreaga simbolistică, cu scopul de a comunica cu ceilalţi oameni, vei descoperi că aceste simboluri nu sunt în sine bune sau rele, corecte sau greşite. Ele devin corecte sau greşite numai în funcţie de convingerile tale. Convingerile tale au această putere, dar adevărul imuabil transcende convingerile. Dacă vei transcende simbolurile, vei descoperi o lume a perfecţiunii în care tot ceea ce există este desăvârşit. Chiar şi

investirea credinței tale în cuvinte este desăvârșită. Chiar și mânia, dramele și minciunile tale sunt perfecte în această lume. Chiar și iadul în care te complaci uneori devine perfect, pentru că în această lume nu există altceva decât perfecțiunea. Imaginează-ți cum ar fi fost dacă ți-ai fi trăit întreaga viață fără a învăța toate minciunile care alcătuiesc cunoașterea ta actuală și fără a suferi din cauza investirii credinței tale în ele, în superstiții și în opinii. Ți-ai fi trăit atunci viața la fel ca celelalte animale, păstrându-ți inocența.

Prin procesul de dresare, tu ți-ai pierdut inocența, după care ai început să o cauți din nou. În decursul acestui proces, ai dobândit luciditatea. Atunci când conștiința ta se trezește din nou, tu devii complet responsabil pentru evoluția ta, respectiv pentru alegerile pe care le faci în viață.

În decursul procesului de educație în vederea integrării în visul planetar, tu nu ai de ales. Singura ta opțiune este să înveți o sumedenie de minciuni. A sosit timpul să inversezi acest proces și să înveți cum să te integrezi în adevăr prin urmarea inimii tale. Procesul de dezvățare, pe care eu îl numesc *dez-dresare*, este pe cât de lent, pe atât de puternic. Așa cum spuneam mai devreme, ori de câte ori îți redobândești credința investită într-un simbol, puterea ta personală se amplifică, iar acest proces continuă până când întreaga simbolistică își pierde puterea de seducție asupra ta.

Atunci când îţi asumi din nou puterea investită în simboluri, visul colectiv îşi pierde influenţa asupra ta. Când întreaga putere se întoarce la tine, tu devii practic invincibil. Nimeni şi nimic nu te va mai putea înfrânge de acum înainte. Sau poate ar trebui să spun că tu însuţi nu te mai poţi învinge singur, căci practic despre asta vorbim.

Atunci când îţi recuperezi întreaga putere investită în simboluri, tu nu mai crezi automat în orice gând care îţi trece prin minte. Nu mai crezi nici măcar în propria ta poveste, dar o asculţi şi o respecţi, aşa că o poţi savura, la fel ca atunci când citeşti un roman sau când te duci la un film. Atunci când îţi dai seama în ce constă diferenţa dintre realitatea efectivă şi cea virtuală, capeţi încredere în prima şi o priveşti cu neîncredere pe a doua, dar le poţi savura pe amândouă. Te poţi bucura în egală măsură de ceea ce este şi de creaţia din mintea ta.

Chiar dacă ştii că povestea ta nu este adevărată, tu îţi poţi crea o poveste sublimă, lăsând viaţa să se călăuzească după ea şi să o manifeste. Altfel spus, îţi poţi crea propriul tău rai personal, trăindu-l chiar aici, pe Pământ. Dacă ajungi să înţelegi poveştile celorlalţi oameni şi dacă aceştia ajung să îţi înţeleagă povestea ta, împreună cu ei poţi crea cel mai frumos vis planetar. Dar pentru ca toate acestea să devină cu putinţă, trebuie mai întâi să treci prin procesul de dezvăţare, iar cel de-al cincilea legământ reprezintă instrumentul perfect în acest scop.

Oriunde te-ai duce în această lume, tu vei auzi nenumărate opinii şi poveşti de la tot felul de oameni. Tot felul de povestitori, care de care mai talentat, vor dori să te înveţe cum să îţi trăieşti viaţa: „Iată ce ar trebui să faci: cutare şi cutare lucru, dar să nu faci cutare lucru." Nu îi crede. *Fii sceptic, dar ascultă-i pe toţi,* iar apoi stabileşte singur ce ai de făcut. Fii responsabil pentru fiecare alegere din viaţa ta. La urma urmelor, această viaţă îţi aparţine în exclusivitate, aşa că nimeni nu are dreptul să se amestece în ea.

Secole la rând, au existat întotdeauna oameni care au pretins că ştiu care este voinţa lui Dumnezeu. Aceştia au călătorit în întreaga lume şi au predicat bunătatea şi corectitudinea, dar i-au condamnat pe toţi oamenii. Secole la rând, au existat profeţi care au prezis tot felul de catastrofe. Nu cu foarte mult timp în urmă, tot felul de oameni au prezis că la trecerea în anul 2000 toate computerele din lume vor cădea, iar societatea pe care o cunoaştem se va prăbuşi. Au existat chiar unii care au afirmat că ne vom întoarce la era cavernelor. Trecerea s-a produs, oamenii au sărbătorit Revelionul şi nu s-a întâmplat nimic.

Profeţii care au prezis şi care au aşteptat sfârşitul lumii au existat de mii de ani. Cândva, un mare maestru a spus: „Vor apărea numeroşi profeţi falşi care vor pretinde că rostesc cuvântul lui Dumnezeu. *Nu îi credeţi.*" Pe scurt, al cincilea legământ nu este deloc nou. *Fii sceptic, dar învaţă să asculţi.*



9

VISUL PRIMEI ATENŢII

Victimele

Aş dori să vorbesc puţin despre povestea lui Adam şi a Evei, şi a perioadei pe care cei doi au petrecut-o în Paradis. Adam şi Eva simbolizează întreaga umanitate, iar Dumnezeu le-a spus că pot mânca orice doresc, mai puţin fructele din Arborele Cunoaşterii. În ziua în care vor consuma aceste fructe, vor muri, le-a spus el. Oamenii au mâncat din fructele copacului, şi într-adevăr au murit.

Desigur, este doar o poveste, dar ceea ce contează este semnificaţia ei. De ce murim noi atunci când mâncăm din fructele acestui copac? Deoarece adevăratul nume al Arborelui Cunoaşterii este Arborele Morţii. Celălalt copac

din Paradis este Arborele Vieții. Viața este echivalentă cu adevărul, iar adevărul este realitatea care este, care există dincolo și mai presus de cuvinte sau de simboluri. Arborele Cunoașterii nu este decât o reflectare a Arborelui Vieții. Cunoașterea este creată prin simboluri, iar acestea nu sunt reale. Atunci când mâncăm din fructele Arborelui Cunoașterii, simbolurile se transformă într-o realitate virtuală care ne vorbește prin vocea cunoașterii, iar noi începem să trăim în ea, confundând-o cu adevărata realitate. Altfel spus, devenim lipsiți de luciditate.

În mod evident, oamenii au mâncat din fructele Arborelui Morții. Din punctul meu de vedere, există miliarde de oameni care trăiesc în această lume, dar care sunt morți. Ei *nu știu* însă că sunt morți. Da, corpurile lor sunt vii, dar ei visează și nu își dau seama de acest lucru. Toltecii numesc acest lucru *visul primei atenții.*

Visul primei atenții este visul pe care ni-l creăm singuri atunci când ne folosim pentru prima dată de atenția noastră. Acesta este *visul obișnuit al oamenilor*, sau *visul victimelor*, căci oamenii devin victimele simbolurilor pe care și le-au creat, ale vocii pe care o aud în mintea lor, ale superstițiilor și cunoașterii lor distorsionate. În acest vis al victimelor, totul tinde să ne victimizeze: religia, guvernul, întregul nostru mod de a gândi și convingerile noastre.

Copiii nu se pot apăra împotriva minciunilor care le sunt servite odată cu fructele Arborelui Cunoașterii. Așa cum spuneam mai devreme, părinții, școala, religia și

întreaga societate le captează copiilor atenția și le prezintă opiniile și convingerile lor. Noi credem în religia în care am fost crescuți pentru simplul motiv că și părinții noștri au crezut în ea. În copilărie, ei ne-au dus la biserică, iar acolo am învățat să credem tot ce ni s-a spus. Adulții le spun copiilor pe care îi au în îngrijire poveștile lor, după care copiii se duc la școală, unde află noi și noi povești. Spre exemplu, ei învață povestea țării lor, care sunt eroii acesteia, ce războaie a purtat și cât de mult au suferit oamenii.

Adulții îi pregătesc pe copii să se integreze în societatea lor, iar această societate este condusă în întregime de minciuni (acest lucru poate fi afirmat dincolo de orice îndoială). Copiii învață astfel să trăiască în visul colectiv al generațiilor anterioare. Ei își investesc credința în structura acestui vis și îl iau ca atare. Desigur, intenția adulților nu este una rea. Ei nu le pot preda copiilor decât ceea ce cunosc, iar ceea ce cunosc este ceea ce au învățat la rândul lor de la generația de dinaintea lor. Poți fi absolut convins că părinții tăi au făcut tot ce au știut mai bine la vremea respectivă. Dacă nu s-au descurcat mai bine, este pentru că nu au știut altceva mai bun decât judecata de sine și judecata celorlalți. Și ei au trăit în visul primei atenții, în *lumea subterană* pe care noi o numim *Hades* sau *iadul*. Părinții noștri au fost la fel de morți ca și noi.

Nici chiar aceste simboluri nu reflectă în totalitate adevărul, care *transcende* întotdeauna simbolurile,

regăsindu-se mai degrabă în *intenția* sau în *semnificația* lor. Atunci când descriu visul iadului, religiile vorbesc de un loc în care oamenii ard de vii, în care sunt judecați și condamnați pentru eternitate. Această descriere corespunde perfect visului obișnuit pe care îl trăiesc oamenii. Exact acest lucru se întâmplă în mintea umană: judecată, vinovăție, pedeapsă și toate emoțiile generate de teamă, care sunt resimțite ca un foc ce ne arde de vii. Teama este regina lumii subterane și principala ei metodă de guvernare este distorsionarea cunoașterii. Teama creează toate nedreptățile și dramele emoționale, întregul coșmar în care trăiesc miliarde de oameni.

De ce se tem cel mai tare oamenii? De adevăr. Ei se tem de adevăr deoarece au învățat să creadă în atât de multe minciuni. Desigur, ei se tem și de minciunile în care trăiesc. Cunoașterea îi face să se simtă în siguranță, indiferent dacă este reală sau fictivă. Din păcate, ei ajung să sufere, întrucât cred în ceea ce știu, și aproape tot ce știu este neadevărat. Lucrurile în care cred ei sunt simple opinii, pe care le transmit apoi mai departe copiilor lor. Și astfel, istoria se repetă și roata se rostogolește mai departe, la infinit.

Cu mult timp în urmă, înțelepții acestei lumi au comparat visul primei atenții cu o piață în care foarte mulți oameni vorbesc în același timp și în care nimeni nu ascultă ce spune celălalt. Toltecii au numit acest proces: *mitote*, un cuvânt *nahuatl* care înseamnă „bârfa extremă". În

procesul de *mitote*, noi ne folosim de cuvinte împotriva propriei noastre fiinţe, iar atunci când avem de-a face cu alţi oameni ne folosim de ele împotriva lor.

Orice om este un magician, iar atunci când interacţionează, magicienii se folosesc de vrăjile lor. Cum? Prin folosirea greşită a cuvintelor, interpretând totul la modul personal, distorsionând realitatea prin presupunerile lor inutile, prin bârfe şi prin răspândirea otrăvii emoţionale prin intermediul cuvintelor lor. În mod paradoxal, oamenii îşi exersează magia îndeosebi asupra oamenilor pe care îi iubesc cel mai mult. Cu cât autoritatea lor asupra acestora este mai puternică, cu atât mai eficiente sunt vrăjile lor. Autoritatea este puterea de a controla un alt om, de a-l determina să te asculte. Atunci când sunt mici, copiii se tem de autoritate. După ce cresc, ei perpetuează acest tipar, astfel încât şi adulţii se tem la fel de tare de autoritate. Cuvintele rostite cu autoritate acţionează ca nişte vrăji extrem de puternice, care îi influ-enţează pe ceilalţi oameni. De ce? Deoarece aceştia *cred* în ele.

Dacă am înţelege puterea simbolisticii, noi am realiza unde ne conduce aceasta. Acest lucru ar fi evident din comportamentul nostru, din interacţiunile cu ceilalţi oameni, dar mai presus de toate cu noi înşine. Noi devenim posedaţi de o idee, de o convingere, de o poveste. Uneori ne lăsăm posedaţi de mânie, alteori de gelozie sau de iubire. Simbolurile concurează pentru a obţine controlul asupra

atenţiei noastre şi se schimbă tot timpul între ele. Altfel spus, ne posedă pe rând. Există mii de simboluri care doresc să le ia locul celor care ne controlează la ora actuală. Aşa cum spuneam mai devreme, ele sunt vii, trăgându-şi forţa vitală din *convingerile* noastre (din credinţa pe care le-o împrumutăm).

Simbolurile vorbesc într-una în mintea noastră. Vocea lor nu tace niciodată. Este ca şi cum am avea în cap un povestitor care ne spune tot ce se întâmplă în jurul nostru, de parcă nu am percepe direct aceste lucruri. „Uite, soarele apune. Ce frumos! Mi-e cald. Priveşte acei copaci. Ce face tipul acela? Mă întreb la ce se gândeşte." Vocea cunoaşterii doreşte să ştie semnificaţia tuturor lucrurilor şi de-abia aşteaptă să interpreteze tot ce se întâmplă în viaţa noastră. Ne spune ce să facem, când să facem, unde să facem şi cum să facem. Ne reaminteşte tot timpul ceea ce credem şi ceea ce nu credem în legătură cu noi înşine, ce suntem şi ce nu suntem. Se întreabă de ce nu putem fi aşa cum ar trebui să fim.

În cadrul visului primei atenţii, lumea în care trăim este un fel de *reality show* moderat de vocea cunoaşterii. În acest univers subiectiv, noi avem întotdeauna dreptate, iar ceilalţi greşesc, căci noi ne folosim de tot ceea ce cunoaştem pentru a ne justifica propriile păreri. Noi creăm toţi eroii din povestea noastră, iar ceea ce credem despre ei nu este şi nu a fost niciodată adevărat. Din cauza Arborelui Cunoaşterii care a crescut în mintea noastră,

noi nu mai percepem adevărul; nu mai percepem decât cunoaşterea noastră, minciunile noastre. Din cauza acestor minciuni, atenţia noastră rămâne captivă în visul iadului, iar noi nu mai percepem realitatea paradisiacă din jurul nostru. Acesta a fost procesul prin care oamenii au căzut din Paradis.

În povestea lui Adam şi a Evei se vorbeşte de un şarpe care trăia în Arborele Cunoaşterii. Acesta era un înger căzut care le transmitea celor care doreau să îl asculte mesaje distorsionate. Biblia îl numeşte Prinţul Minciunilor. Şarpele le-a spus oamenilor încă inocenţi: „Vreţi să fiţi la fel ca Dumnezeu?" Întrebarea părea simplă, dar ascundea o capcană. Dacă oamenii i-ar fi răspuns: „Nu, mulţumesc. Noi suntem deja una cu Dumnezeu", ei ar fi continuat să trăiască în Paradis. Din păcate, ei i-au răspuns: „Da, dorim să fim la fel ca Dumnezeu." Ei nu au sesizat minciuna. Au mâncat din fructele copacului, au înghiţit minciuna, şi astfel au murit.

Lucrul care i-a determinat să mănânce din fructe fără a sesiza minciuna a fost îndoiala. Înainte să cunoască îndoiala, ei nu deţineau niciun fel de cunoaştere. Oamenii trăiau în mod direct adevărul din faţa lor. După ce au acceptat minciuna, ei nu au mai crezut că sunt una cu Dumnezeu. Începând din acel moment, ei au început să îl caute pe Dumnezeu. Au ajuns astfel la concluzia că trebuie să construiască un templu, o casă în care să îl adore pe Dumnezeu, că trebuie să sacrifice totul pentru a ajunge la

El, că trebuie să sufere şi să îi consacre această suferinţă lui Dumnezeu. În scurt timp, ei şi-au construit un templu măreţ, în care s-au adunat mii de oameni care nu mai credeau că erau una cu Dumnezeu. Primul lucru pe care l-au făcut a fost să îi dea lui Dumnezeu un nume, şi astfel s-a născut religia.

Oamenii şi-au creat un zeu al tunetului, unul al războiului şi o zeiţă a iubirii, pe care i-au numit Zeus, Marte şi Afrodita. Milioane de oameni au crezut în aceşti zei şi i-au adorat. Mulţi dintre ei şi-au sacrificat chiar viaţa pentru a-şi cinsti zeii. Alţii şi-au ucis propriii copii ca ofrandă pentru zeii lor, pentru simplul motiv că erau convinşi că aceşti zei erau adevăraţi.

Prima minciună în care au crezut oamenii a fost aceasta: „Eu nu sunt una cu Dumnezeu". Din ea s-au născut apoi noi şi noi minciuni, pe care oamenii le-au crezut. În scurt timp, în mintea lor s-au adunat atât de multe minciuni încât acestea i-au copleşit, iar ei au uitat de divinitatea inerentă în ei. Oamenii au văzut frumuseţea şi perfecţiunea lui Dumnezeu şi şi-au dorit să fie la fel ca Acesta, să trăiască în conformitate cu „imaginea perfecţiunii", după care au continuat să caute această perfecţiune.

Oamenii sunt nişte povestitori înnăscuţi. Ei le spun copiilor lor poveşti despre un Dumnezeu perfect, care ne judecă şi ne condamnă atunci când greşim. Le spun poveşti despre Moş Crăciun, care îi răsplăteşte pe copii

atunci când sunt „cuminți", adică „mai aproape de imaginea lui Dumnezeu". Toate aceste mesaje sunt distorsionate. Nu există un Dumnezeu care se joacă de-a justiția, la fel cum nu există Moș Crăciun. Toată această cunoaștere din mintea noastră este ireală.

Atunci când vorbim cu șarpele din Arborele Cunoașterii, noi vorbim de fapt cu o reflexie distorsionată a propriei noastre ființe. Șarpele din Arborele Cunoașterii este lucrul de care ne temem cel mai tare. Noi ne temem de propria noastră reflexie. Ce prostie! Imaginează-ți că te privești în oglindă. Reflexia din aceasta pare copia identică a realității, dar o prezintă inversat: mâna dreaptă apare ca mâna stângă în oglindă. Reflexia distorsionează întotdeauna adevărul.

Oglinzile din jurul copiilor le atrag acestora atenția. Copiii percep în ele propria lor imagine, dar distorsionată de stările lor de spirit și de sistemul convingerilor folosit pentru a-și justifica aceste percepții. Adulții din jur le spun cine *cred* ei că sunt, dar nu există în afară o oglindă suficient de clară care să reflecte cine sunt ei *cu adevărat.* Toate oglinzile distorsionează realitatea. Oamenii proiectează asupra noastră ceea ce cred ei despre noi, și aproape tot ceea ce cred ei este o minciună. Noi îi putem crede sau nu, dar copiii mici sunt inocenți și cred tot ce li se spune. Credința lor este astfel investită în minciuni, cărora le dau viață și putere. În scurt timp, aceste minciuni ajung să le guverneze viața.

Povestea Prinţului Minciunilor este doar o poveste, dar este o poveste frumoasă, alcătuită din simboluri uşor de înţeles, care ne permit să tragem anumite concluzii. După părerea mea, semnificaţia ei este cât se poate de clară. Întregul nostru coşmar începe atunci când începem să visăm că nu suntem una cu Dumnezeu. Acesta este momentul în care cădem din Paradis şi în care ajungem direct în lumea subterană pe care o numim *iad*. Din acest moment, noi începem să îl căutăm pe Dumnezeu, să ne căutăm propriul *sine*, întrucât viaţa noastră este preluată de Arborele Cunoaşterii, iar sinele nostru autentic moare.

Această poveste îmi aduce aminte de o alta, despre Iisus Christos. Pe când le vorbea discipolilor săi, acesta a văzut un om care era demn să primească învăţăturile sale. El s-a dus la acesta şi l-a invitat să i se alăture, dar omul i-a răspuns: „Aş veni, dar tatăl meu tocmai a murit. Lasă-mă să îl înmormântez, şi apoi te voi urma." Iisus i-a răspuns: „Lasă-i pe morţi să îşi îngroape morţii. Tu eşti viu. Vino cu mine."

Cine înţelege semnificaţia acestei poveşti îşi dă cu uşurinţă seama că „morţii" sunt cei netreziţi, care nu sunt conştienţi de sine. În esenţa lui, orice om este *viaţă, adevăr* şi *iubire*, dar în decursul procesului de dresare, atenţia lui este captată de visul exterior colectiv, care îi inoculează tot felul de convingeri. Încetul cu încetul, el devine astfel o copie a visului exterior. Altfel spus, el imită tot ceea ce învaţă de la ceilalţi, nu doar convingerile, ci şi compor-

tamentul lor. În acest fel, el le imită nu doar cuvintele, ci și ceea ce fac, ba chiar și stările emoționale.

Omul uită astfel cine este el *cu adevărat* și se lasă posedat de imaginea distorsionată pe care o reflectă cei din jurul lui. Procesul nu este foarte ușor de înțeles, dar poate fi rezumat de afirmația că egoul fals ajunge să posede sinele real al omului. Egoul fals este eul său *virtual*, care există numai în mintea sa, în gândurile sale, dar cu care *se identifică*. Această imagine de sine devine astfel extrem de puternică. Toți acești ani de practică îl transformă pe om într-un maestru al imitării și al minciunii. Din păcate pentru el, această imagine distorsionată de sine se dovedește propriul său mormânt, căci viața lui nu mai este trăită de sinele său real. În acest caz, cine trăiește această viață?

Nu sinele real este cel care creează toate dramele și toate suferințele din viața noastră. Nu el este cel care spune că: „Viața este o vale a plângerii, iar noi venim aici ca să suferim." Nu el ne judecă și ne pedepsește, invitându-i inclusiv pe ceilalți oameni să ne pedepsească. Nu el ne abuzează corpul. Nu el este cel care se detestă singur și care visează toate aceste lucruri îngrozitoare.

Nu, sinele nostru real a murit, și acesta este adevărul. Cum putem în acest caz să ne redobândim viața? Cheia este *luciditatea*. Atunci când redevenim lucizi, noi înviem din morți și reîncepem să trăim. Tradiția creștină afirmă că în ziua învierii Christos se va întoarce din moarte și își

va arăta întreaga divinitate lumii întregi. Acesta este motivul pentru care ne aflăm în această lume: pentru a învia din morți și pentru a ne reclama propria divinitate. A sosit timpul să părăsim lumea iluziei și a minciunilor și să ne întoarcem la adevărul nostru primordial, la esența noastră reală. A sosit timpul să renunțăm la minciuni (prin procesul de dezvățare) și să redevenim noi înșine. În acest scop, tot ce trebuie să facem este să ne întoarcem la viață, adică la adevăr.

Luciditatea este cheia revenirii la viață. Aceasta este una din principalele arte ale toltecilor. Luciditatea permite ieșirea din visul primei atenții și intrarea în visul celei de-a doua atenții, în care omul se revoltă împotriva tuturor minciunilor care îi guvernează mintea. În urma acestei revolte, întregul vis începe să se schimbe.



10

VISUL CELEI DE-A DOUA ATENŢII

Luptătorii

Prima dată când învăţăm să visăm, există multe lucruri care ne displac, dar pe care le acceptăm odată cu visul. La un moment dat, dintr-un motiv sau altul, noi devenim conştienţi că nu ne place modul în care ne trăim viaţa şi că nu ne mai dorim acest vis. De aceea, începem să ne folosim atenţia într-un alt fel, pentru a ne schimba visul iniţial şi pentru a ne crea un al doilea vis. Toltecii numesc acest vis: *visul celei de-a doua atenţii* sau *visul luptătorilor*, întrucât cei care trăiesc acest vis declară război tuturor minciunilor care le guvernează cunoaşterea.

În cadrul visului celei de-a doua atenţii, noi începem să ne îndoim: „Poate că nu tot ce am învăţat este adevărat."

Începem astfel să punem la îndoială ceea ce știm și ce credem, punându-ne întrebări legate de opiniile pe care ni le-am însușit. Noi știm că în mintea noastră există un principiu care ne determină să facem lucruri pe care nu ni le dorim, un principiu care deține un control total asupra minții noastre, iar acest lucru nu ne convine. De aceea, la un moment dat începem să ne revoltăm.

Prin această revoltă, noi încercăm să ne redobândim autenticitatea pierdută, ceea ce eu numesc *integritatea sinelui*, respectiv totalitatea ființei noastre. În cadrul visului primei atenții, sinele autentic nu are nicio șansă; el este o victimă absolută, care nu se revoltă și nu se plânge. Dacă ne-am săturat de această situație și nu mai dorim să fim o victimă, noi încercăm să schimbăm lumea în care trăim, recuperându-ne astfel libertatea pierdută de a fi cei care suntem cu adevărat și de a face ceea ce ne dorim. Lumea luptătorilor este o lume a încercărilor. Noi încercăm să schimbăm aspectele care ne displac și continuăm să facem acest lucru până când reușim. Adeseori, războiul declanșat pare însă interminabil.

În cadrul visului luptătorilor, noi ne aflăm în stare de război, dar nu ne luptăm împotriva altor oameni. Acest vis nu are nimic de-a face cu visul exterior. Întreaga luptă se dă în mintea noastră. Este o luptă împotriva acelei părți a minții care face toate alegerile care ne conduc în iadul nostru personal. Este un război între sinele nostru autentic și *tiranul interior, marele judecător, Cartea Legii* sau

sistemul convingerilor. Este o luptă între idei, opinii și convingeri. Eu îl numesc *războiul zeilor,* căci toate aceste idei se luptă pentru a domina mintea noastră. Asemeni zeilor din antichitate, ele solicită sacrificii din partea noastră.

Chiar dacă oamenii pretind că au renunțat la sacrificiile aduse zeilor, acestea continuă să existe. Ce-i drept, oamenii au schimbat numele zeilor, și chiar *semnificația* acestui simbol. Ei nu mai cred în Apolo, în Zeus sau în Osiris, dar cred în justiție, în libertate și în democrație. Acestea sunt numele noilor zei. Oamenii și-au transferat puterea personală acestor simboluri, ridicându-le la rang de zeități, după care își sacrifică viața în numele lor.

Sacrificiile umane continuă inclusiv la ora actuală, pretutindeni în lume, iar rezultatul lor este toată violența la care asistăm, crimele, închisorile arhipline, războaiele și visul colectiv al iadului. Toate acestea se datorează nenumăratelor superstiții și distorsiuni ale cunoașterii noastre. Oamenii sunt cei care creează războaiele, după care își trimit tinerii să moară pe câmpul de luptă, sacrificându-i. Cei mai mulți dintre acești tineri nici măcar nu știu pentru ce luptă.

În marile orașe există alte tipuri de luptă: între diferitele bande. Tinerii se sacrifică și se ucid reciproc în numele orgoliului, al profitului sau al altor zeități pe care le-au adoptat. Ei se luptă pentru a deține controlul în anumite zone, adică pentru un simbol care nu există decât în mintea lor, de dragul căruia sunt dispuși să își sacrifice

viața. De la cel mai mic cartier dintr-un oraș și până la marile națiuni ale globului, diferite grupuri de oameni se luptă și își apără zeii care nu există. Adevăratul război se dă în mintea lor. Din păcate, ei îl proiectează în exterior și ajung să se ucidă unii pe ceilalți.

Chiar dacă societatea modernă nu mai crede în sacrificiile umane, există încă oameni care spun: „Mă voi sacrifica pentru cauză. Dați-mi o armă și voi ucide câți oameni voi putea, înainte de a fi ucis la rândul meu." Aceasta nu este o simplă prezumție; chiar așa stau lucrurile. Eu nu spun că sacrificiul uman este greșit. Spun doar că el există și că nimeni nu poate nega acest lucru, întrucât îl putem vedea zilnic în diferitele culturi din lume. Nu numai că îl vedem, dar chiar participăm la el. Dacă cineva face o greșeală și este prins încălcând o regulă, cum procedează societatea? Îl crucifică. Oamenii îl judecă și îl bârfesc, condamnându-l fățiș sau pe la spate. Și aceasta este o formă de sacrificiu uman. Ce-i drept, există reguli, iar uneori este un păcat să le încalci. Alteori însă, aceste reguli sunt ele însele nenaturale. Cu toate acestea, noi le creăm și suntem de acord să le respectăm, până când nu mai avem nevoie de ele.

Oamenii cred în atât de multe minciuni încât chiar și cele mai neînsemnate neajunsuri sunt transformate în demoni cumpliți care îi fac să sufere. Totul începe cu o judecată, iar cel mai adesea cu o autocondamnare: „Sărmanul de mine! Iată ce mi s-a întâmplat când aveam

nouă ani. Iată ce mi s-a întâmplat aseară." Indiferent ce ți s-a întâmplat, trecutul nu mai există. Oricât de oribil ar fi lucrul care ți s-a întâmplat, acesta nu mai reprezintă un adevăr în momentul de față, căci singurul moment adevărat este cel prezent. Tot ce s-a întâmplat în trecutul tău ține de realitatea virtuală. Chiar dacă trupul tău s-a vindecat cu mult timp în urmă, mintea ta continuă să sufere și să perpetueze rușinea ani de zile.

Noi, oamenii, suntem singura specie care ne ducem cu noi trecutul personal, ca și cum am târî după noi un cadavru. Pentru cei mai mulți dintre oameni, acest cadavru este foarte greu. Mai mult decât atât, el miroase foarte urât. Din păcate, oamenii nu se limitează la a târî acest cadavru după ei, dar îl mai și împărtășesc cu semenii lor. Folosindu-se de memoria lor, ei retrăiesc la infinit amintirea cumplită din trecut, ca și cum aceasta s-ar petrece la ora actuală. Ori de câte ori își amintesc de această experiență, ei se pedepsesc pe ei înșiși, fără să uite să îi pedepsească inclusiv pe cei din jur, și fac acest lucru din nou și din nou.

Oamenii sunt singurele animale de pe acest pământ care se pedepsesc de cel puțin o mie de ori pentru aceeași greșeală, pe ei și pe cei din jur. Cum putem acuza restul lumii de nedreptate când noi suntem primii care o perpetuăm, în sinea noastră? Întregul univers este guvernat de legea justiției, dar a unei justiții corecte, nu distorsionate, așa cum este cea creată de artiștii visători de pe Pământ.

Adevărata justiție se bazează pe legea *acțiunii și reacției.* Noi trăim într-o lume a consecințelor, în care fiecare acțiune generează o reacție similară. Adevărata justiție impune o singură pedeapsă pentru fiecare greșeală comisă. Noi suntem singurii care suntem dispuși să plătim de nenumărate ori pentru aceeași greșeală comisă în trecut. Acest lucru nu are nimic de-a face cu justiția.

Să spunem că acum zece ani ai făcut o greșeală, și de atunci trăiești măcinat de remușcări și vinovăție. Tu îți justifici această suferință continuă afirmând că: „Am comis o greșeală teribilă" și ești convins că motivul suferinței tale este greșeala comisă acum zece ani. Adevărul este însă că la baza suferinței tale stă ceva care s-a întâmplat acum zece secunde, nu acum zece ani. Tu te-ai judecat din nou pentru greșeala comisă în trecut, iar marele judecător din mintea ta a decretat: „Trebuie să fii pedepsit." Avem de-a face cu același proces al acțiunii și reacției. *Acțiunea* este judecata de sine; *reacția* este autopedepsirea, manifestată sub forma rușinii sau a vinovăției. Tu repeți întreaga ta viață aceeași acțiune, sperând să obții o reacție diferită, dar aceasta nu se produce niciodată. Singura modalitate prin care îți poți schimba viața constă în a schimba modul în care acționezi. În acest fel, se vor schimba și reacțiile.

Cunoașterea mentală îl rănește pe omul real. Mintea gândește și judecă ținând cont de simbolurile învățate. Ea creează astfel o poveste care îl abuzează pe posesorul ei.

Ori de câte ori omul se simte abuzat, reacția firească pe care o trăiește el este una de mânie, de frustrare, de ură, de gelozie, sau orice altă emoție care îl face să sufere. Sistemul nostru nervos generează emoții, iar acestea depind de ceea ce percepem. Din păcate, noi nu percepem decât propriile noastre judecăți, convingerile noastre, vocea cunoașterii noastre. Din cauza judecătorului, victimei și convingerilor care ne guvernează lumea virtuală, sistemul nostru nervos nu poate genera decât teamă, mânie, gelozie, invidie, vinovăție și rușine. Cum ar putea genera el o stare de iubire în aceste condiții?

Cuvântul reprezintă o forță invizibilă pentru ochii noștri, dar a cărei manifestare o putem percepe sub forma vieții noastre. Cea mai bună modalitate de a măsura impecabilitatea cuvintelor noastre constă în observarea reacțiilor noastre emoționale. Tu cum te simți: fericit sau trist? Te bucuri de visul tău sau suferi din cauza lui? Indiferent ce reacție emoțională experimentezi, tu ești cel care a cauzat-o. E drept, părinții, religia, școala, guvernul și societatea contribuie la crearea visului tău. La fel de adevărat este și faptul că nu ai avut niciodată de ales în trecut, dar acum ai posibilitatea de a face o nouă alegere. Tu îți poți crea un paradis sau un iad. Atât paradisul cât și iadul sunt stări de spirit care există în mintea ta.

Îți place să te simți fericit? Dacă da, fii fericit și bucură-te de fericirea ta. Îți place să suferi? Nicio problemă; bucură-te

de suferința ta. Dacă optezi pentru a-ți face din viață un iad, foarte bine. Plângi, suferă și transformă-ți durerea într-o veritabilă capodoperă. Dacă dispui însă cât de cât de luciditate, este imposibil să alegi această cale; cu siguranță vei alege paradisul. Iar cea mai bună modalitate de a-ți transforma viața într-un paradis terestru constă în a fi impecabil în tot ceea ce spui.

Dacă ești impecabil în tot ceea ce spui, cum te-ai mai putea judeca singur? Cum te-ai mai putea învinovăți? Cum te-ai mai putea simți rușinat? Atunci când nu îți creezi niciuna din aceste emoții, tu te simți minunat! Îți vine să zâmbești tot timpul, iar zâmbetul tău este absolut autentic. Nu pretinde că ești cine nu ești. Acceptă momentul prezent și fii cel care ești acum. Acceptă-te în totalitate, exact așa cum ești. Bucură-te de propria ta prezență și nu te mai abuza singur, folosindu-te de puterea simbolurilor.

De aceea este atât de importantă luciditatea. Tirania simbolurilor este extrem de puternică. În cadrul visului celei de-a doua atenții, luptătorul încearcă să descopere mecanismul prin care simbolurile preiau controlul asupra ființei umane. El declanșează un război împotriva simbolurilor, împotriva propriei sale creații, dar nu pentru că o urăște. În sine, simbolurile sunt o creație minunată, o artă prin care ne manifestăm creativitatea, și în plus ne permit să comunicăm unii cu ceilalți. Drama începe doar atunci când le cedăm întreaga noastră putere, caz în care devenim neputincioși și trebuie să fim salvați. Noi avem

nevoie de un mântuitor, pentru că nu mai avem puterea de a ne salva singuri.

De aceea, privim în exteriorul nostru şi spunem: „O, Doamne, salvează-mă." Din păcate, salvarea noastră nu depinde de Dumnezeu, de Iisus, de Buddha, de Moise, de Mahomed sau de orice alt maestru, şaman sau *guru*. Aceştia nu ne pot salva, iar noi nu îi putem învinovăţi pentru acest lucru. Nimeni din afară nu ne poate salva, pentru că nimeni nu este responsabil pentru ceea ce se întâmplă în lumea noastră virtuală. Preotul, rabinul, şamanul sau *guru*-l nu ne pot schimba lumea interioară, la fel cum nu pot face acest lucru nici soţul sau soţia, copiii ori prietenii noştri. Nimeni din afară nu poate influenţa în vreun fel această lume subiectivă în care trăim, pentru simplul motiv că ea nu există decât în mintea noastră.

Foarte mulţi oameni cred că Iisus a murit pentru a ne mântui de păcatele noastre. Povestea este într-adevăr minunată, dar Iisus nu poate face alegerile în locul nostru. În loc să ne mântuiască, el ne-a spus ce trebuie să facem. Ai nevoie de ajutor? Foarte bine, urmează calea adevărului. Iartă. Iubeşte-ţi aproapele. Iisus ne-a pus la dispoziţie toate instrumentele de care avem nevoie pentru a ne mântui singuri. Din păcate, noi ne spunem: „Nu, nu îl pot ierta pe cutare. Prefer să trăiesc cu emoţiile mele otrăvite, cu mândria mea, cu mânia şi gelozia mea." Noi ne certăm cu cei pe care îi iubim şi creăm astfel o mare rezistenţă în jurul nostru, dar îţi reamintesc că trăim într-o lume a

consecințelor. Iisus avea dreptate: iertarea este singura modalitate prin care ne putem curăța corpul emoțional de otrava acumulată.

Toți oamenii au acumulat de-a lungul timpului emoții otrăvite. Toți poartă pe corpul lor emoțional răni necicatrizate. Acest lucru este firesc, la fel cum este normal ca trupul fizic să rămână cu o vânătaie sau cu o cicatrice atunci când se lovește sau când se taie. În mod similar, este firesc ca învelișul nostru emoțional să se simtă din când în când rănit, întrucât suntem vii. Suntem înconjurați de prădători și suntem prădători noi înșine. Pur și simplu, așa stau lucrurile. Nimeni nu este vinovat pentru acest lucru. Atunci când ne învinovățim pe noi înșine sau pe altcineva, noi suntem mânați de la spate de otrava noastră emoțională. Mai bine am face să încercăm să ne vindecăm.

În loc să aștepți ca altcineva să vină și să te salveze, ai face mai bine să te salvezi tu însuți. Tu ești propriul tău salvator. Ce-i drept, există maeștri și învățători care îți pot pune la dispoziție uneltele și instrumentele cu ajutorul cărora poți deveni mai conștient, ajutându-te astfel să câștigi acest război personal. Există artiști care te pot învăța cum să îți creezi din viață o capodoperă, un paradis terestru.

Să spunem că ești un artist talentat, iar un maestru vine și îți spune: „Îmi placi. Doresc să devii ucenicul meu. Vino. Te voi învăța. Primul și cel mai important instrument care te poate ajuta să devii un mare artist este *impeca-*

bilitatea cuvântului. Este extrem de simplu. De vreme ce tu singur îți scrii propria poveste, nu ai niciun interes să scrii un scenariu care nu te avantajează. În al doilea rând, *nu mai interpreta nimic la modul personal.* Acest lucru te va ajuta foarte mult, eliminând din viața ta marea majoritate a dramelor. În al treilea rând, *nu mai face presupuneri inutile.* Nu îți crea singur propriul iad. Nu mai crede în superstiții și în minciuni. În sfârșit, în al patrulea rând, *fă întotdeauna tot ce îți stă în puteri.* Treci la fapte. Practica poate transforma orice om într-un maestru. După cum vezi, este foarte simplu."

Dacă vei pune în practică sfaturile înțelepte ale maestrului, va veni un moment în care îți vei percepe propria creație dintr-o perspectivă diferită. Vei începe să îți dai seama că tu ești scenaristul și regizorul propriei tale vieți. Tu ești cel care creează deopotrivă pânza, șevaletul, vopselele și pictura propriu-zisă. Tu ești cel care acordă semnificație fiecărei tușe de pe pânza vieții tale. Tu ești cel care își investește întreaga credință în arta sa. Îți vei spune atunci: „Povestea pe care o creez este minunată, dar nu mai cred în ea. Nu mai cred în povestea nimănui. Orice poveste este o simplă formă de artă." Superb. Acesta este cel de-al cincilea legământ. Întoarce-te la bunul simț, la adevăr, la *sinele* tău real. *Fii sceptic, dar învață să asculți.*

În cadrul visului celei de-a doua atenții, ai nevoie de instrumente pentru a câștiga războiul și pentru a-ți schimba lumea interioară. Legămintele descrise în această carte

reprezintă exact astfel de instrumente. Ele reprezintă unelte prin care îți poți transforma visul așa cum dorești. Depinde numai de tine ce destinație dorești să îi dai, folosindu-te de aceste instrumente. Aceste cinci legăminte simple au puterea de a planta sămânța îndoielii în toate celelalte legăminte pe care le-ai făcut de-a lungul vieții, legăminte bazate pe teamă și care nu fac altceva decât să te limiteze. Singura modalitate prin care poți scăpa de aceste minciuni ale cunoașterii constă în cultivarea lucidității, a atenției. Folosește-te de această atenție pentru a-ți reevalua visul primei atenții, iar apoi pentru a ieși din el.

Cele Patru Legăminte sunt instrumentele ideale pentru a-ți refocaliza atenția într-o manieră diferită, în vederea creării paradisului tău personal, iar cel de-al cincilea legământ este instrumentul perfect care te poate ajuta să câștigi războiul cu tirania simbolurilor. Cele Patru Legăminte sunt uneltele care îți permit să te transformi, iar cel de-al cincilea legământ este unealta care îți permite să ieși din etapa transformării personale și să îți oferi cel mai frumos dar pe care ți-l poți face vreodată singur: darul *îndoielii.*

Spuneam mai devreme că îndoiala ne-a făcut să cădem din Paradis. Ei bine, tot ea reprezintă și instrumentul care ne poate ajuta să ne întoarcem în Paradis. Îndoiala este unealta de care ne putem folosi pentru a ne recupera credința, pentru a ne lua înapoi puterea personală investită în diferitele minciuni și superstiții pe care am ajuns să le

credem. Desigur, ne putem folosi de această putere a îndoielii inclusiv împotriva noastră. Ne putem îndoi de noi înşine sau de adevăr. În povestea lui Adam şi a Evei, atunci când cei doi s-au îndoit de identitatea lor cu Dumnezeu, această primă îndoială a dat naştere unei a doua îndoieli, apoi unei alteia, şi aşa mai departe. Atunci când ne îndoim de adevăr, noi începem să credem în minciuni. În scurt timp, ajungem să credem în atât de multe minciuni încât nu mai vedem deloc adevărul, şi astfel ieşim din visul Paradisului.

Îndoiala este o sabie cu dublu tăiş. Noi ne putem folosi de ea pentru a ajunge în iad sau pentru a ieşi din acesta. În funcţie de calea pe care o alegem, ea fie permite să fim posedaţi de simboluri, fie ne eliberează de această posesiune. Dacă ne îndoim de noi înşine, de adevăr, noi cădem automat în capcana Arborelui Cunoaşterii, a tuturor mitologiilor care ne-au controlat atenţia de-a lungul întregii noastre vieţi. Vocea cunoaşterii începe să ne posede din nou, iar noi retrăim sentimentul mâniei, al geloziei, al nedreptăţii care toate se nasc odată cu *procesul de gândire*, cu presupunerile, cu hipnoza simbolurilor.

Dacă inversăm însă procesul, noi putem înlocui îndoiala de sine cu credinţa în sine. Putem înlocui îndoiala faţă de adevăr cu îndoiala faţă de minciună. *Fii sceptic, dar învaţă să asculţi.* Al cincilea legământ ne deschide poarta raiului. Restul depinde însă de noi. Acest legământ ne permite să ne întoarcem în Paradis şi să regăsim raiul

în noi înşine. El ne învaţă să renunţăm la ataşamentele noastre faţă de simboluri, inclusiv faţă de propriul nostru nume, şi să fuzionăm cu infinitul, să devenim autentici, să credem imuabil în noi înşine, dincolo de orice îndoială, căci chiar şi cea mai mică îndoială în noi poate pune capăt experienţei Paradisului lăuntric.

Atunci când ai încredere în tine însuţi, tu îţi urmezi instinctele interioare înnăscute. Nu ai nici cea mai mică îndoială referitoare la cel care eşti cu adevărat şi acţionezi pe baza bunului simţ. Dispui astfel de întreaga putere a autenticităţii tale. Ai încredere în tine însuţi şi în *viaţă*. Eşti absolut convins că totul va fi bine, iar viaţa îţi răspunde, devenind extrem de uşoară. Mintea ta nu mai simte nevoia să înţeleagă totul. Ea nu mai simte nevoia de *a cunoaşte*. Indiferent dacă ştii sau nu anumite lucruri, tu nu îţi pierzi credinţa în tine. Accepţi cu seninătate faptul că nu ştii totul. Nu inventezi ceea ce nu ştii. Atunci când eşti sută la sută autentic, spui întotdeauna exact ceea ce gândeşti: „Îmi place. Nu îmi place. Doresc acest lucru. Nu doresc acest lucru.“ Dacă nu îţi place ceva, nu te obligă nimeni să acţionezi în direcţia respectivă. Te bucuri de viaţă făcând exact ceea ce îţi place.

Noi ne îngreunăm singuri viaţa încercând să ne sacrificăm pentru ceilalţi. Cu siguranţă, noi nu am venit în această lume pentru a ne sacrifica pentru altcineva, pentru a satisface opiniile sau punctele de vedere ale altor persoane. În cadrul *visului celei de-a doua atenţii*, una din

primele provocări cu care trebuie să te confrunți este teama de a fi tu însuți, de a fi una cu *sinele* tău real. Dacă vei da dovadă de curaj în această confruntare, vei descoperi că niciunul din motivele care te speriau nu este real. Vei descoperi apoi că este mult mai ușor să fii tu însuți decât să încerci să fii altcineva decât ești. Visul iadului este foarte obositor, întrucât ai nevoie de foarte multă energie pentru a susține masca socială pe care ți-ai impus-o. Jucarea acestui rol te-a obosit. Îți dorești să fii din nou *tu însuți*. Atunci când ești autentic, tu poți face orice îți dorești să faci și poți crede orice îți dorești să crezi, inclusiv în tine însuți.

Cât de dificil poate fi să crezi în tine, să crezi în esența ta adevărată, nu în simbolurile din mintea ta? Credința poate fi investită în teoriile științifice, în religie, în opinii și puncte de vedere, dar aceasta nu este o credință *reală*. Singura credință reală este credința *în sine*. Ea presupune să ai o încredere necondiționată în tine, pentru că știi cine ești cu adevărat (iar cel care ești cu adevărat este adevărul).

În clipa în care îți vei redobândi conștiința de sine, războiul din mintea ta va înceta. Îți va deveni atunci evident că tu erai cel care crea toate acele simboluri. Vei deveni conștient de puterea cuvântului tău, născut el însuși din conștiință, și nimic nu va mai putea opri această putere. Cuvintele tale vor deveni impecabile și nu vor mai încerca vreodată să te controleze, căci vei avea putere asupra lor. Atunci când cuvintele tale vor deveni impecabile, tu îți vei

putea baza toate deciziile pe adevăr, şi astfel vei câştiga războiul împotriva tiranului. Cuvintele vor continua să existe în mintea ta, gata să asculte de comenzile tale, dar nu vor căpăta semnificaţie decât atunci când le vei folosi pentru a comunica cu altcineva. În clipa în care vei tăcea, ele îşi vor pierde semnificaţia.

Spre sfârşitul visului celei de-a doua atenţii, forma umană va începe să se destrame, iar realitatea ta se va schimba din nou. Tu nu vei mai percepe lumea prin filtrul rigid al convingerilor tale. Războiul se va încheia, întrucât credinţa ta nu va mai fi investită în minciuni. Chiar dacă acestea din urmă vor continua să existe, tu nu vei mai *crede* în ele. Adevărul este, pur şi simplu. El nu trebuie crezut. Chiar dacă nu vei mai crede nimic, tu vei vedea, iar ceea ce vei vedea va fi adevărul. Adevărul se află întotdeauna aici; el este unic şi perfect. Poate că nu pare perfect atunci când este interpretat de ceilalţi, dar odată ce l-ai văzut, cui îi mai pasă de visele celorlalţi? Nu contează ce visează aceştia. Singurul lucru care contează este experienţa ta. De aceea, foloseşte-te de toate instrumentele care îţi stau la dispoziţie pentru a percepe acest adevăr şi pentru a câştiga războiul tău personal.

În acest scop, nu trebuie să intri în competiţie sau să te compari cu nimeni altcineva. Nu trebuie decât să fii cel care eşti, să fii iubire *autentică*, nu acel tip de iubire care te posedă şi care te face să crezi în iubire; nu acel tip de iubire care te face să te simţi gelos şi posesiv faţă de

altcineva, trimițându-te direct în iad, cu toate torturile lui; nu acel tip de iubire care te face să te sacrifici în numele iubirii sau să îți faci singur rău (ție sau altora) în numele aceleiași iubiri. Din păcate, oamenii au distorsionat îngrozitor simbolul iubirii. Iubirea adevărată este înnăscută. Ea este însăși esența ta.

Tu te-ai născut cu tot ceea ce îți este necesar pentru a reuși. Dacă vei începe chiar astăzi să îți confrunți temerile, mâine vei trăi visul celei de-a doua atenții și vei ajunge în lumea luptătorilor. Pe de altă parte, înfrângerea unei temeri nu echivalează cu câștigarea războiului. Acesta nu s-a încheiat încă. Dimpotrivă, de-abia a început. Chiar dacă ai câștigat o bătălie, tu încă te mai judeci singur, sau ai alte probleme. Când crezi că totul s-a terminat, bum!, tiranul se întoarce, și asta nu o singură dată, ci de nenumărate ori. Și nu este vorba numai de tiranul din interiorul tău, ci și de cel din interiorul celor din jurul tău, iar unii tirani sunt mai răi decât ceilalți. Chiar dacă războiul se poate prelungi foarte mulți ani la rând, cel puțin acum știi să te aperi. În calitate de luptător, poți câștiga sau pierde o bătălie, dar dacă ți-ai redobândit luciditatea, nu vei mai fi niciodată o victimă. Vei fi un soldat conștient, aflat pe câmpul de luptă, acolo unde se află majoritatea oamenilor de pe această planetă, până când războiul se va termina.

În cadrul visului celei de-a doua atenții, tu începi să îți creezi Paradisul personal pe Pământ. Începi să crezi în legămintele care susțin *viața*, care amplifică bucuria,

fericirea şi libertatea. Acesta este însă doar un pas în evoluţia ta. Calea până la destinaţie este mult mai lungă. La un moment dat, vei începe să controlezi cu adevărat luciditatea, respectiv adevărul, şi implicit transformarea, iubirea, intenţia sau credinţa. La acea vreme, vei crede deja în tine însuţi.

Rezultatul acestei transformări este crearea unei alte realităţi. Cadrul general va fi identic cu cel al primelor două vise, dar în această nouă realitate tu nu vei mai crede nimic din ceea ce credeai în trecut. Nu vei mai crede niciuna din minciunile învăţate. Nu vei mai crede nici măcar în cuvintele pe care le-ai învăţat de mic. Pe de altă parte, nu vei mai avea nicio îndoială referitoare la experienţele tale, la cel care eşti cu adevărat.

Visul celei de-a treia atenţii nu este foarte departe de tine, dar mai întâi trebuie să câştigi războiul din mintea ta, iar această carte ţi-a pus la dispoziţie instrumentele necesare. Treci chiar acum la fapte, dar nu *încerca*. Atunci când încerci, mori înainte de a reuşi, şi te asigur că milioane de luptători au murit pe câmpul de luptă *încercând*. Foarte puţini luptători câştigă războiul din mintea lor, dar cei care îl câştigă îşi recreează întreaga lume.



11

VISUL CELEI DE-A TREIA ATENŢII

Maeştrii

Visul celei de-a doua atenţii se sfârşeşte cu un eveniment extrem de important, pe care noi îl numim *ultima judecată (judecata de apoi)*. Aceasta este ultima dată când ne judecăm pe noi înşine sau când judecăm pe altcineva. Începând din această zi, noi ne acceptăm în totalitate aşa cum suntem şi îi acceptăm pe toţi ceilalţi aşa cum sunt. Atunci când vine ziua ultimei judecăţi, războiul din mintea noastră se încheie, şi astfel începe *visul celei de-a treia atenţii*. Acesta este sfârşitul lumii noastre aşa cum o cunoşteam şi începutul unei alte lumi. Ieşim astfel din lumea luptătorilor şi intrăm într-o lume superioară, pe care eu o numesc *lumea maeştrilor*.

Maeştrii sunt foşti luptători care au câştigat războiul lor personal şi şi-au găsit pacea. *Visul maeştrilor* este un vis al adevărului, al respectului, un vis plin de iubire şi de fericire. Este adevăratul teren de joacă al vieţii. Aceasta este viaţa care ne este predestinată, dar nu putem ajunge în acest loc decât cu ajutorul lucidităţii.

Multe religii vorbesc de ziua judecăţii de apoi ca de o pedepsire a păcătoşilor. Ele o descriu ca fiind ziua în care Dumnezeu vine pe Pământ şi ne judecă, distrugându-i pe toţi păcătoşii. Această viziune este falsă. Ultima judecată este una din cărţile din Tarot, o mitologie antică ce provine din Egipt. Din perspectiva vechilor şcoli ale misterelor, ziua judecăţii de apoi este o zi măreaţă, pe care ar trebui să o aşteptăm cu toţii, întrucât este ziua în care morţii ies din mormintele lor şi învie. Aceasta este ziua în care oamenii îşi redobândesc luciditatea şi în care se trezesc din visul lumii subterane. Începând din această zi, ei nu se mai tem să trăiască. Mai mult, ei revin la starea lor primordială, la sinele lor divin, în care nu mai simt altceva decât o comuniune plină de iubire cu tot ceea ce există.

Învierea din morţi este un concept minunat, care există în toate şcolile de mistere din lume. Atunci când înţelegi că aproape nimic din ceea ce ai învăţat cu ajutorul simbolurilor nu reprezintă adevărul, singurul lucru care îţi mai rămâne de făcut este să te bucuri de viaţă. Acesta este momentul învierii. Atunci când dai viaţă realităţii prin intermediul simbolurilor, atenţia ta devine dispersată în

mai multe direcții. Atunci când inversezi procesul, nemaiacordând semnificație simbolurilor, tu intri în comuniune cu realitatea și devii una cu ea. Devii astfel singura ființă vie care există. Nu mai există acum nicio diferență între tine și stelele de pe cer sau între tine și pietrele din deșert. Tot ceea ce există face parte integrantă din singura ființă vie care există. Atunci când experimentezi acest adevăr, fie și numai pentru o singură clipă, întreaga structură a sistemului de convingeri dispare, iar tu te proiectezi automat în visul Paradisului.

Această zi poate fi la fel ca oricare alta sau poate fi o zi de sărbătoare, ziua învierii tale, ziua în care îți vei schimba realitatea și în care vei învia din morți. Ea poate fi ziua în care sinele tău real iese din mormântul lui, în care renunți să mai crezi că ești cel care *crezi (gândești)* că ești și în care devii cel care ești *cu adevărat*.

În cadrul visului celei de-a treia atenții, tu devii în sfârșit plenar conștient de cel care ești cu adevărat, dar nu prin intermediul cuvintelor. De altfel, această realitate supremă nu poate fi explicată în cuvinte. De aceea, te simți complet împăcat, căci nu mai ai nevoie de cuvinte pentru a-ți explica cine ești. Aceasta este marea revelație pe care le-o transmit discipolilor lor maeștrii din toate marile tradiții ezoterice. Nivelul suprem pe care îl poate atinge omul este transcenderea simbolurilor și identificarea cu viața sau cu Dumnezeu.

Religiile din antichitate afirmau că nimeni nu poate rosti numele lui Dumnezeu, iar acest lucru este adevărat, întrucât nu există niciun simbol care să îl poată descrie pe Dumnezeu. Singura modalitate de a-l cunoaşte pe Dumnezeu constă în a fi una cu El. Atunci când vei deveni una cu Dumnezeu, îţi vei spune: „O, deci de aceea nu puteam învăţa niciun simbol care să îl descrie pe Dumnezeu!" Adevărul este că noi nu cunoaştem numele celui care ne-a creat. Cuvântul *Dumnezeu* este doar un simbol care descrie ceea ce există *cu adevărat*. Personal, îl evit pe cât pot, întrucât – la fel ca atâtea alte simboluri – a fost profund distorsionat de oameni. Dacă ne propunem să ne folosim de simboluri pentru a-l descrie pe Dumnezeu, noi trebuie să cădem de acord asupra semnificaţiei acestora, şi atunci, ce perspectivă trebuie să adoptăm? Există miliarde de perspective diferite. În calitatea mea de artist, eu fac tot ce îmi stă în puteri pentru a-l descrie pe Dumnezeu în cuvinte, dar nu pot oferi lumii decât o imagine a Acestuia din punctul meu de vedere. Orice aş spune, povestea mea nu poate fi adevărată decât pentru mine. Unii oameni o vor înţelege, alţii nu, dar cel puţin toată lumea va şti care este punctul meu de vedere.

Visul maeştrilor este dificil de explicat, întrucât adevărata predare nu se realizează prin cuvinte, ci prin prezenţă. Cine simte prezenţa maestrului poate învăţa mult mai multe lucruri decât cel care îi ascultă cuvintele. Cuvintele nu pot exprima nici măcar o fracţiune infimă

din această experiență, dar dacă te folosești de imaginație, ele te pot conduce la această experiență. Chiar aceasta este intenția mea actuală, de a te ajuta să îți dilați conștiința suficient de mult pentru a-ți putea *percepe* propria esență, *intuind* cine ești cu adevărat.

În locul cuvintelor, o modalitate mai bună ar fi să te pun față în față cu Dumnezeu, astfel încât să îl poți vedea. Dacă ți l-aș arăta însă pe Dumnezeu, tu te-ai vedea pe tine însuți. Indiferent dacă mă crezi sau nu, aceasta este realitatea, căci tu ești o manifestare a lui Dumnezeu. Dacă ai putea vedea forța care îți pune în mișcare corpul, tu l-ai vedea pe *adevăratul* Dumnezeu. Privește-ți mâna. Mișcă-ți degetele. Forța care le pune în mișcare este ceea ce toltecii numesc *intenție*, iar eu obișnuiesc să numesc *viață*, *infinit* sau *Dumnezeu*.

Intenția este singura ființă vie care există. Ea este forța care pune în mișcare totul. Esența ta nu sunt degetele, ci forța care le pune în mișcare. Degetele nu fac decât să te asculte. Poți găsi orice explicație științifică dorești pentru această forță: „Creierul, nervii..." Dacă dorești să afli însă adevărul, forța care îți pune în mișcare degetele este aceeași forță care te face să visezi, care determină o floare să se deschidă, care pune în mișcare vântul, tornadele, stelele de pe bolta cerească sau electronii din jurul nucleului atomic. Nu există decât o singură ființă vie, iar această ființă ești *tu*. Tu ești forța care se manifestă pe sine în toate felurile cu putință, în toate universurile care există.

Prima manifestare a acestei forțe este lumina sau energia, ceea ce reprezintă același lucru, și tot ceea ce există este creat cu ajutorul acestei energii. Oamenii de știință știu că tot ceea ce există este alcătuit din energie și că nu există decât o singură forță în Univers care produce această energie. La ora actuală, știința tinde să se unească cu religia, iar noi putem înțelege că suntem una cu Dumnezeu, pentru că suntem alcătuiți din lumină. Aceasta este esența noastră, la fel cum este esența tuturor lucrurilor care există, manifestată în miriade de frecvențe diferite. Împreună, toate aceste frecvențe diferite creează aceeași lumină unică.

Intenția este forța care creează lumina. Am putea spune chiar că lumina este mesagerul intenției, întrucât transmite mesajul vieții în întreaga creație. Lumina conține în sine toate informațiile necesare pentru a crea tot ceea ce există, inclusiv toate formele de viață: oamenii, maimuțele, câinii, copacii, totul. Toate speciile care există pe planeta noastră sunt create dintr-o rază de lumină cu o frecvență specifică, pe care oamenii de știință o numesc ADN. Adeseori, diferența dintre ADN-uri este infimă, dar manifestările pe care le produc acestea sunt complet diferite, cum ar fi diferența dintre un om și un jaguar, sau un copac.

Lumina are numeroase proprietăți. Ea este vie. Este o ființă vie și extrem de inteligentă. Ea nu face altceva decât să creeze, tot timpul. Creațiile sale se transformă în

permanență, dar nu pot fi distruse. Lumina se află pretutindeni și tot ceea ce există este plin de lumină, dar noi nu o putem percepe decât dacă este reflectată de materie. Dacă trimitem un obiect în spațiul cosmic, noi îl putem vedea numai pentru că reflectă lumina. Între stele, galaxii și chiar universuri nu există spații goale, ceea ce înseamnă că toate universurile sunt interconectate.

Tu ești un întreg univers. Pământul este un alt univers. Soarele și planetele din jurul lui alcătuiesc un alt univers. Toate sistemele solare la un loc reprezintă un alt univers, și putem continua astfel la nesfârșit, până când obținem o singură ființă vie, alcătuită din miliarde și miliarde de ființe mai mici.

Orice ființă este protejată de forța pe care o numim *suflet*. Sufletul este acea forță care dă naștere unui întreg univers și care recunoaște totalitatea ființei create de el. El face ca materia să pară impenetrabilă, creând astfel o aparentă diviziune între ființe. Sufletul dă formă tuturor lucrurilor. Fără această forță, tu nu ai putea percepe nicio diferență între tine și o floare, un pește sau o pasăre. Sufletul tău s-a născut în momentul concepției tale și este capabil să își recunoască toate elementele din care este alcătuit: toate moleculele, toate celulele și toate organele corpului tău. Sufletul tău recunoaște tot ceea ce aparține universului tău și respinge tot ceea ce nu aparține acestuia.

În cadrul visului celei de-a treia atenții, tu ești conștient că trupul tău reprezintă un întreg univers alcătuit din

miliarde de ființe vii: atomi, molecule, celule, țesuturi, organe și sisteme fiziologice, care alcătuiesc împreună un univers unitar. Mintea ta consideră că nu există decât un singur punct de vedere personal, cel din spatele ochilor. Dacă te vei scufunda însă suficient de mult în interiorul conștiinței tale, vei descoperi că fiecare atom din corpul tău are un punct de vedere personal, întrucât este viu. Fiecare atom reprezintă un univers în sine, un sistem solar miniatural, cu o stea centrală înconjurată de planete. Numitorul comun al tuturor universurilor este faptul că forța care le dă viață este puterea totală a infinitului.

Tu reprezinți această forță, deci ești viu. Tu ești una cu puterea ei totală, cu adevărul, cu realitatea absolută. Tot restul, inclusiv cunoașterea prin intermediul simbolurilor, nu sunt adevărate. Nu sunt reale. Reprezintă o iluzie; ce-i drept, o iluzie frumoasă. Lumina nu este înzestrată doar cu inteligență, ci și cu memorie. Ea creează o imagine a propriului său sine, o lume iluzorie, care devine mintea ta sau visul tău. Visele tale nu sunt materiale; ele reprezintă doar o reflectare a lumii materiale, care este proiectată la nivelul *creierului.* Creierul nu este altceva decât o oglindă. Așa cum spuneam mai devreme, dacă te uiți într-o oglindă, ceea ce vezi în ea este propria ta minte, propriul tău vis.

Prima dată când îți deschizi ochii, tu percepi lumina, iar aceasta devine maestrul tău. Lumina proiectează informații în ochii tăi pe care nu le poți descifra, dar tu ai

fost creat pentru a percepe lumina, pentru a deveni una cu ea, pentru că ea reprezintă a doua ta jumătate. Fiind tu însuți alcătuit din lumină, tu te afli într-un proces constant de creație, de transformare și de evoluție. Lumina pătrunde direct în creierul tău, pe care îl rearanjează astfel încât să îți transforme realitatea virtuală, până când aceasta ajunge să o reflecte mai bine. Atunci când lumina transformă creierul, acesta transformă la rândul lui ADN-ul, astfel încât acesta să corespundă noii tale înfățișări.

Așa cum corpul tău conține diferite organe – creierul, inima, plămânii, ficatul, stomacul și pielea – care alcătuiesc împreună totalitatea ființei tale, fiecare organ din corpul tău este alcătuit din diferite tipuri de celule. Știu oare aceste celule că împreună cu suratele lor dau naștere unei ființe vii unitare, respectiv *ție?* Știm noi, oamenii, că împreună cu semenii noștri alcătuim o singură ființă vie, numită *umanitate?*

Tu ești înconjurat de miliarde de oameni. Ca și tine, aceștia au fost programați să fie oameni. De aceea, tu îi poți recunoaște cu ușurință, deosebindu-i de celelalte specii. *Știi* pur și simplu acest lucru. Ceea ce nu știi însă este faptul că noi, oamenii, alcătuim un organ al frumoasei noastre planete. Planeta Pământ este vie. Este o ființă vie, iar umanitatea în ansamblul ei reprezintă unul din organele sale. Pădurile reprezintă un alt organ al planetei, atmosfera un altul, și așa mai departe. Împreună, noi dăm naștere

unui echilibru care reprezintă metabolismul planetei Pământ.

Umanitatea reprezintă o ființă vie unitară, iar aceasta nu este o simplă teorie. Noi, oamenii, trăim împreună. Avem acelaşi tip de corp, acelaşi tip de minte şi aceleaşi nevoi. Noi creăm aceleaşi simboluri, pentru a ne putea înţelege între noi. Arhetipul victimei, al judecătorului, al luptătorului sau al maestrului există în noi toţi. Niciun om nu este mai bun sau mai rău decât semenii săi, sau decât orice altceva există în univers. Pe nivelul cel mai profund al ființei noastre nu există nicio diferență între un om şi un câine, o muscă sau o floare. Pe acel nivel, noi suntem cu toţii aceiaşi. Provenim din aceeaşi sursă, indiferent de povestea pe care ne-o spunem. Nu contează dacă suntem creştini, budişti, musulmani sau hinduşi. Noi provenim din aceeaşi sursă şi ne vom întoarce la ea.

Infinitul creează tot ceea ce există, iar când ciclul se încheie, tot ceea ce există se resoarbe în infinit. Chiar dacă trupul moare, întrucât aceasta este natura lui, esenţa noastră rămâne nemuritoare. La nivelul minţii, singurul lucru care poate muri sunt minciunile. În Egiptul antic exista o vorbă: „Dacă inima ta este mai uşoară decât o pană atunci când mori, bun venit în rai. Dacă inima ta este mai grea decât o pană, nu vei ajunge în rai." Minciunile nu se pot întoarce la sursa puterii, dar adevărul poate, pentru că el reprezintă o reflectare a acestei puteri, a infinitului. De aceea, merită să îţi pui întrebarea: cât de

grele sunt minciunile tale? Este inima ta împovărată de mânie, de teamă, de vinovăție, de regrete?

În cadrul visului celei de-a treia atenții, adevărul a distrus deja toate minciunile, iar singurul lucru care a mai rămas este adevărul, adică adevăratul tău sine. Tu ești acea forță. Tu ești viața, adică adevărul, iar începând din acest moment viața ta devine un Paradis. Visul tău devine o capodoperă artistică a iubirii. Astfel ajungi să dobândești cea de-a treia măiestrie a toltecilor: *măiestria iubirii*, pe care noi o numim de asemenea și *măiestria intenției*, sau *a credinței*. Eu prefer să o numesc *măiestria credinței*, întrucât este o artă în care trebuie să ai încredere în tine, adică să realizezi puterea de care dispui, puterea intenției, a vieții, a credinței sau a iubirii. În mod evident, este vorba de una și aceeași putere: *puterea totală*.

Atunci când îți controlezi în totalitate credința, tu îți trăiești automat viața în iubire, căci aceasta este esența ta. De aceea, viața ta devine minunată. Îți accepți în totalitate corpul, emoțiile, viața, povestea. Te respecți pe tine însuți, dar și pe ceilalți artiști, pe frații și surorile tale. De fapt, respecți întreaga creație. Te iubești necondiționat și nu te temi să îți exprimi iubirea, spunându-le celorlalți: „Te iubesc." Atunci când îți controlezi în totalitate credința și când îți trăiești viața în iubire, iubirea ta se reflectă asupra tuturor eroilor secundari din povestea ta, iar tu îi iubești pe toți necondiționat, la fel de mult cum te iubești pe tine.

În acest fel, relația ta cu restul umanității se schimbă, iar tu devii complet impersonal. Nu mai ai nevoie de motive pentru a iubi pe cineva. Nici măcar nu mai *optezi* pentru a iubi, întrucât iubirea este însăşi natura ta. Ea emană din tine la fel cum lumina emană din soare. Întreaga ta natură emană din tine, aşa cum este, fără aşteptări. Pe de altă parte, iubirea ta nu are nimic de-a face cu cuvintele din mintea ta. Ea nu reprezintă o poveste, ci o experiență pe care noi o numim *comuniune*, cuvânt care înseamnă să ai aceeaşi frecvență sau vibrație cu iubirea. Aceasta era esența ta înainte de a învăța să vorbeşti. Tu ai evoluat de la iadul visului primei atenții la un vis mai bun, visul celei de-a doua atenții, iar apoi la visul celei de-a treia atenții, când ți-ai dat seama că tot ceea ce vezi este în ultimă instanță alcătuit din lumină.

Mii de ani la rând, oamenii au ştiut că în interiorul oricărei ființe umane există trei lumi. Marea majoritate a mitologiilor vorbesc de aceste trei lumi, cărora le dau nume diferite şi pe care le descriu prin simboluri diferite. În tradiția toltecă a artistului, aceste lumi sunt cunoscute sub numele de: *visul primei atenții, visul celei de-a doua atenții* şi *visul celei de-a treia atenții.* În Grecia sau în Egiptul antic, ele erau numite: *lumea subterană, lumea fizică* şi *lumea superioară.* În tradiția creştină, ele sunt cunoscute sub numele de: *iad, purgatoriu* şi *rai.*

La ora actuală, conceptul de lume este înțeles într-o manieră foarte diferită de cea în care era înțeles el în

antichitate. Anticii nu echivalau lumea cu această planetă, ci cu tot ceea ce poate fi perceput, cu cunoașterea noastră. Așa s-a născut proverbul care spune că orice minte reprezintă o lume în sine. Într-adevăr, orice om își creează o lume în mintea sa, după care trăiește în ea. Marea majoritate a oamenilor trăiesc în visul primei atenții sau în lumea subterană. Există și destui oameni care trăiesc în visul celei de-a doua atenții sau în lumea luptătorilor. Datorită visului acestora, umanitatea se îndreaptă astăzi în direcția cea bună și continuă să evolueze.

De regulă, noi credem că lumea superioară se referă exclusiv la lucruri bune, iar cea subterană exclusiv la lucruri rele. Lucrurile nu stau însă chiar așa. Toate cele trei lumi există în interiorul fiecărui om. Noi ducem cu noi lumea subterană, la fel cum ducem cu noi și lumea superioară. În lumea subterană există o întreagă infinitate, la fel ca în cea superioară. Punctul de intersecție al celor două lumi este lumea în care trăim noi. Din acest spațiu, noi avem opțiunea de a ne îndrepta într-o direcție sau alta, în sus sau în jos.

În cadrul visului maeștrilor, noi suntem conștienți că fiecare opțiune pe care o facem confirmă puterea pe care o deținem. Noi ne controlăm întregul vis prin opțiunile pe care le facem. Fiecare alegere va avea anumite consecințe, iar un maestru visător este conștient de acestea. O alegere poate deschide foarte multe uși, dar le poate inclusiv închide. Chiar și refuzul de a face o alegere reprezintă tot

o alegere. Prin opţiunile noastre, noi putem atinge măiestria în arta viselor şi ne putem crea o viaţă minunată.

Orice om poate fi un mare artist visător, dar măiestria apare numai atunci când obţinem controlul desăvârşit asupra visului nostru, respectiv atunci când ne recuperăm acest control asupra atenţiei noastre. Prin controlul atenţiei, noi controlăm practic intenţia, adică opţiunile noastre. În acest fel, visul vieţii noastre poate evolua exact în direcţia dorită de noi.

În cadrul visului obişnuit al oamenilor, cel care controlează atenţia este sistemul convingerilor. Puterea personală sau voinţa oamenilor este slabă; de aceea, orice alt om le poate capta atenţia şi le poate inocula o opinie personală în minte. Voinţa sau intenţia este forţa care poate pune în mişcare tot ceea ce există sau care poate schimba direcţia în care se îndreaptă orice lucru. Ea poate capta şi schimba inclusiv direcţia atenţiei. Cine are suficientă putere pentru a-şi folosi voinţa poate obţine controlul asupra atenţiei. În final, el poate obţine controlul asupra convingerilor sale şi poate pune capăt războiului pentru controlul visului său.

În cadrul visului celei de-a treia atenţii, noi nu ne mai focalizăm atenţia asupra vieţii, ci *suntem* viaţa, forţa sau intenţia (care controlează atenţia). Visul celei de-a treia atenţii este visul intenţiei pure. Noi devenim conştienţi că suntem una cu viaţa, nu doar la nivel conceptual, ci inclusiv la nivelul acţiunii şi al conştiinţei. Acum putem vedea prin

ochii adevărului, iar această perspectivă este fundamental diferită.

Prima dată când învățăm să visăm, sistemul convingerilor noastre creează milioane de mici bariere în calea adevărului. Atunci când structura sistemului de convingeri nu mai există, aceste bariere dispar, iar noi nu mai percepem un singur punct de vedere. Putem sesiza simultan nenumărate puncte de vedere. Ne putem percepe pe noi înșine nu doar din perspectiva unui om, ci și din perspectiva unei forțe, sau ca manifestare a acesteia. Noi știm că suntem lumină (sau o imagine în lumină) și ne folosim atenția pentru a ne contempla visul din perspectiva luminii. Nu mai percepem ceea ce se află în exteriorul nostru ca fiind separat de noi. Ne simțim una cu totul. Suntem una cu singura ființă vie care există, lucru pe care nu numai că îl simțim, dar îl și *știm*. Așa cum spuneam mai devreme, înțelegem cine suntem, fără a explica acest lucru prin cuvinte. Acum nu mai avem nevoie de simboluri. Cine se folosește de simboluri pentru a înțelege cine este se poate rătăci printre acestea.

Chiar dacă ne mai identificăm încă cu simbolul de *om* (rostit în limba noastră maternă), în Spania noi nu suntem un *om*, nici în China și nici în Germania. Cuvântul *om* este doar un simbol. Care este semnificația acestuia? Am putea scrie o întreagă carte pentru a o descrie, folosind mii de alte simboluri, și tot nu am ajunge să o explicăm pe deplin. Iar acesta nu este decât unul dintre simboluri!

Folosirea simbolurilor pentru a explica cine suntem este o prostie. Ceea ce *credem* că suntem nu va reprezenta niciodată adevărul, pentru că simbolurile nu au nimic de-a face cu adevărul.

Dacă îi spui unei pisici: „Hei, eşti un câine!", acesteia nu-i va păsa deloc. Pisica nu îţi va răspunde. În schimb, dacă îi spui unui om: „Câine ce eşti!", acesta îţi va răspunde cu siguranţă. Unii oameni s-ar putea simţi ofensaţi, în timp ce alţii s-ar distra. Unora li s-ar părea tragic, iar altora comic, pentru că noi percepem lumea din puncte de vedere diferite. Animalele nu simt nevoia să cunoască simbolul sub care sunt etichetate. Lor nu le pasă de aceste simboluri, ci sunt pur şi simplu. Animalele nu au nevoie de simboluri pentru a-şi justifica existenţa.

Dacă cineva ne întreabă cine suntem, noi îi putem răspunde: „Sunt o fiinţă umană, un om. Sunt alcătuit din energie, sau din materie. Sunt tată. Sunt doctor." Noi ne folosim de cuvinte pentru a ne identifica, pentru a justifica cine suntem, pentru a ne înţelege mai bine. În realitate, aceste simboluri nu înseamnă însă nimic. Adevărul este că noi nu ştim cine suntem. Singurul lucru pe care îl ştim cu siguranţă este că existăm, că suntem vii şi că ceilalţi ne pot atinge. Noi visăm şi suntem conştienţi de acest fapt. În afară de acest lucru nimic nu contează, căci tot restul reprezintă o simplă poveste. Simbolurile nu ne vor putea spune vreodată cine suntem sau de unde am venit. De altfel, nu contează de unde am venit, întrucât oricum ne

vom întoarce acolo. Unul din eroii mei favoriţi dintotdeauna din desenele animate este Popeye Marinarul, care se defineşte astfel: „Eu sunt cine sunt, şi nu sunt altcineva." Asta înseamnă înţelepciunea, acceptarea totală, adică respectul absolut faţă de ceea ce suntem, pornind de la premisa că noi suntem adevărul. Poate că ceea ce spun eu nu este adevărat, dar *eu sunt* adevărul, şi la fel eşti şi tu.

Noi suntem vii, existăm, dar cine suntem noi? Nimeni nu ştie. Tot ce ştim noi este ceea ce credem că suntem, ceea ce am învăţat că suntem, ceea ce ni s-a spus că suntem, ceea ce pretindem că suntem, felul în care am dori să fim percepuţi de ceilalţi oameni. Toate acestea ni se pot părea adevărate, dar nu sunt. Tot ce afirmăm noi în legătură cu noi înşine sunt simple cuvinte, iar acestea sunt întotdeauna distorsionate de convingerile noastre.

Atunci când ajungem să ne percepem dincolo de cunoaşterea acumulată, singurul lucru pe care îl simţim este: *eu sunt*. Eu sunt cel ce sunt. Noi suntem cei care suntem, iar la baza acestei percepţii stă acceptarea totală de sine. Numai cei care se acceptă în totalitate aşa cum sunt se pot bucura pe deplin de viaţa lor, fără să se judece singuri, fără să se critice, fără vinovăţie, ruşine şi remuşcări.

Atunci când renunţăm la simboluri, singurul lucru care rămâne este adevărul gol-goluţ, nimic altceva. Noi nu mai simţim nevoia să ştim cine suntem, iar această revelaţie este copleşitoare! Nu mai simţim nevoia să

pretindem că suntem altcineva decât suntem. Putem fi complet autentici. De aceea, putem transmite un mesaj, iar acest mesaj este adevăratul nostru eu. Mesajul este *prezența* noastră, aceeași prezență pe care o simțim atunci când ni se naște primul nostru copil și când îl luăm în brațe. În astfel de momente, putem simți prezența Divinității în brațele noastre dincolo de cuvinte, adică fără niciun fel de înțelegere.

Toți nou-născuții au aceeași prezență. Ei sunt una cu Dumnezeu, cu infinitatea. Sunt întrupări angelice, iar noi suntem programați să reacționăm în prezența lor. Chiar dacă nu spun niciun cuvânt, prezența copiilor spune totul. Ea este suficientă pentru a trezi în noi nevoia de a-i proteja, de a le dărui. Dacă sunt propriii noștri copii, acest instinct este încă și mai puternic, iar prezența pe care o simțim este de-a dreptul incredibilă. Ea trezește în noi sentimentul generozității, iar noi începem să îi dăruim orice copilului fără a-i cere nimic în schimb, cel puțin până când mai crește, iar această prezență divină pare să se estompeze.

Atunci când ne-am născut, prezența noastră a fost suficientă pentru a trezi instinctul celor din jur de a ne oferi atenția lor, de a ne proteja și de a ne împlini toate nevoile. Această prezență nu a dispărut complet din ființa noastră, dar a fost reprimată foarte multă vreme. Noi încă mai dispunem de ea. Pentru a o simți din nou, tot ce trebuie să facem este să devenim pe deplin conștienți, să ne percepem creația dintr-o perspectivă complet diferită, în

care totul devine foarte simplu. Atunci când nu suntem conștienți, totul pare ilogic, noi suntem copleșiți de teamă și devenim posedați de *mitote*.

Al cincilea legământ reprezintă un element important în procesul de redescoperire de sine, întrucât se folosește de puterea îndoielii pentru a rupe toate vrăjile care ne-au hipnotizat până acum. Intenția de a ne folosi magia pentru a redescoperi prezența pierdută cu foarte mult timp în urmă este foarte puternică. Atunci când atenția noastră nu mai este focalizată în totalitate asupra poveștii pe care ne-o spunem, noi putem *vedea* adevărul; putem *simți* ce este real. Atunci când nu mai suntem posedați de simboluri, noi ne regăsim automat prezența pe care am avut-o atunci când ne-am născut, iar oamenii din jur reacționează emoțional la această prezență. Le putem oferi astfel singurul lucru de care dispunem cu adevărat, prezența noastră, iar impactul acesteia va fi uluitor. Acest lucru nu se poate întâmpla însă decât dacă suntem absolut autentici.

Imaginează-ți cum ar fi să redevii așa cum erai în primele luni de viață, înainte de a înțelege semnificația simbolurilor și înainte ca mintea ta să devină posedată de cunoaștere. Atunci când îți vei redobândi prezența, tu vei deveni la fel ca o floare, la fel ca vântul, ca oceanul, ca soarele sau ca lumina. Vei fi *tu*, pur și simplu. Nu vei mai simți nevoia să te justifici în vreun fel. De altfel, nici nu există ceva de justificat sau de crezut. Tu te afli aici pentru

a exista, fără niciun alt motiv. Singura ta menire este să te bucuri de viață și să fii fericit. Singurul lucru pe care trebuie să îl faci în acest scop este să fii *tu însuți*, să fii autentic, să fii o prezență absolută, să fii una cu fericirea, cu iubirea, cu bucuria. Asta înseamnă înțelepciunea: să fii tu însuți.

Oamenii care nu au atins încă înțelepciunea continuă să caute perfecțiunea. Ei continuă să îl caute pe Dumnezeu și să caute Paradisul, fără să-și dea seama că acestea se află deja în interiorul lor, chiar în momentul de față. Totul se află în interiorul lor. Tu nu trebuie să cauți raiul, întrucât acesta se află deja în interiorul tău. Nu trebuie să cauți fericirea, întrucât aceasta este esența ta. Nu trebuie să cauți adevărul, pentru că ești una cu el. Nu trebuie să cauți perfecțiunea, întrucât aceasta reprezintă o iluzie. Nu trebuie să te cauți pe tine însuți, întrucât nu te-ai despărțit niciodată de tine. Nu trebuie să îl cauți pe Dumnezeu, căci între tine și El nu există nicio diferență. Dumnezeu te însoțește întotdeauna. Dacă nu îl vezi pretutindeni, acest lucru se datorează faptului că atenția ta este focalizată asupra tuturor zeilor în care ai ajuns să crezi.

Prezența infinitului există pretutindeni, dar dacă te afli în întuneric, tu nu poți vedea ce se află în fața ta. Singurul lucru pe care îl poți vedea este cunoașterea ta. Tu îți creezi povestea ținând cont de acest vis, iar atunci când cunoașterea nu îți poate explica ce se întâmplă în viața ta, te simți amenințat. Tu nu știi decât ceea ce dorești să știi, iar tot ceea ce îți pune în pericol cunoașterea te

face să te simți nesigur. Va veni însă un moment în care vei înțelege că această cunoaștere nu este altceva decât descrierea unui vis.

Esența ta este incognoscibilă. Tu te afli aici doar pentru a exista în acest moment, în acest vis. Ființa nu are nimic de-a face cu cunoașterea sau cu înțelegerea. Pentru a o simți, nu trebuie să înțelegi sau să înveți ceva, ci dimpotrivă, să te dezveți, până când vei ajunge la concluzia că nu mai știi nimic. Tu nu poți cunoaște decât ceea ce crezi, ceea ce ai învățat, dar mai devreme sau mai târziu îți dai seama că aceste lucruri nu sunt adevărate. După o viață întreagă de căutări, Socrate, unul din cei mai mari filozofi ai tuturor timpurilor, a ajuns la concluzia: „Cât despre mine, tot ce știu sigur este că nu știu nimic."



12

CUM POȚI DEVENI UN CLARVĂZĂTOR

O nouă perspectivă

Acum 2.000 de ani, un mare maestru a spus: „Veți cunoaște adevărul, și adevărul vă va elibera." Ei bine, acum ai aflat că singurul adevăr este ceea ce ești. Pasul următor constă în *a vedea* acest adevăr, în a vedea cine ești. Numai atunci te vei simți eliberat. Eliberat de ce? De toate distorsiunile cunoașterii tale, de toate dramele emoționale care reprezintă consecința vieții trăite în minciună. Atunci când adevărul te va elibera, existența ta nu va mai fi guvernată de simboluri. Nu vei mai fi interesat atunci de bine și de rău, de corectitudine și incorectitudine, de tinerețe și bătrânețe, de frumusețe și urâțenie. La urma urmelor, acestea nu sunt altceva decât simboluri.

Tu nu vei ști că ești complet eliberat decât atunci când nu vei mai simți nevoia să fii altcineva decât ești. Această stare de libertate este extrem de profundă și este darul suprem pe care ți-l poți oferi: libertatea de a fi tu însuți.

Imaginează-ți cum ar fi să trăiești fără teamă, fără judecăți critice, fără vinovăție, fără acuzații și fără rușine. Imaginează-ți cum ar fi să îți trăiești viața fără a încerca tot timpul să le faci pe plac celor din jurul tău, fără să ții cont nici măcar de propriul tău punct de vedere, de propria ta Carte a Legii. Imaginează-ți cât de diferită ar fi lumea ta dacă ai trăi într-o stare permanentă de recunoștință, de iubire, de loialitate și de dreptate. Imaginează-ți cât de profundă ar fi fuziunea cu trupul tău dacă i-ai fi complet loial, complet recunoscător, și dacă l-ai trata în mod drept. Imaginează-ți cum ar fi să fii tu însuți, fără a încerca să mai convingi vreodată pe cineva de ceva. Imaginează-ți cum ar fi să te simți tot timpul fericit și să trăiești într-un Paradis terestru, căci acest Paradis *ești chiar tu*. Imaginează-ți cum ar fi să trăiești în această stare de libertate. Da, adevărul te va elibera, dar mai întâi de toate trebuie să *vezi* adevărul.

Contemplă-ți cu luciditate povestea vieții, pentru a vedea dacă ea reprezintă sau nu adevărul. Fii martorul a *ceea ce este*, fără judecăți critice, pornind de la premisa că tot ceea ce creezi este deja perfect. Contemplă-ți mediul, cadrul visului tău, lumea care te înconjoară. Contemplă-ți

convingerile şi felul în care se reflectă ele în povestea vieţii tale. Contemplă mecanismul prin care atenţia ta generează un întreg vis. Atunci când spun: „Contemplă", eu nu vreau să spun să *te gândeşti* la toate aceste lucruri, ci *să le vezi*, iar vederea nu are nimic de-a face cu gândirea. Este povestea ta adevărată?

Dacă nu este, cel puţin ştii că nu mai trebuie să o crezi. În loc să crezi în ea, mai bine învaţă să *o vezi*. Tu distorsionezi tot ceea ce crezi în funcţie de convingerile tale, de cunoaşterea ta. Dacă vei renunţa la cunoaştere şi dacă vei transcende simbolurile, la un moment dat vei deveni un clarvăzător. Un clarvăzător este un visător care îşi controlează perfect visul şi care a învăţat *să vadă*. Tu eşti deopotrivă un artist, un visător, un mesager şi un clarvăzător. Personal, prefer numele de artist, întrucât pornesc de la premisa că întreaga ta creaţie este o capodoperă artistică.

Aceasta este şansa ta de a-ţi vedea propria creaţie, de a vedea *ce este*, adică adevărul. Mai întâi de toate, tu trebuie să renunţi însă la tot ce nu este adevărat, la toate superstiţiile şi la toate minciunile. Dacă vei fi dispus să accepţi adevărul, va trebui să admiţi că povestea ta este în întregime falsă. La nivel intelectual, tu ştii deja că această poveste nu este adevărată. Tot ce îţi mai trebuie este curajul de a renunţa la ea, la trecutul tău, pornind de la premisa că *tu* nu eşti una cu această poveste. Atunci când nu vei

mai crede în toate minciunile pe care ţi le repeţi de atâta timp, vei descoperi că oricât de dureros ar fi, adevărul este de un milion de ori mai bun decât credinţa în minciuni.

În orice roman, în orice film şi în orice dramă reală, punctul culminant este momentul adevărului. Înaintea acestui moment apoteotic, drama nu face decât să se acumuleze continuu. Tensiunea continuă să crească, până când adevărul revelat mătură toate minciunile din calea lui. În momentele de criză, minciunile nu pot supravieţui prezenţei adevărului şi dispar. Odată cu ele, dispar şi tensiunile. Pacea este reinstaurată, iar noi ne simţim uşuraţi că drama s-a terminat.

Desigur, atunci când adevărul apare în propria ta poveste de viaţă, minciunile în care crezi se simt ameninţate. Teama pune stăpânire pe tine şi tu strigi: „Ajutor! Întreaga structură a vieţii mele, toate lucrurile în care am crezut până acum, se destramă! Cum mă voi descurca fără toate minciunile mele? Dacă nu voi mai crede în nimic, dacă nu voi mai avea nimic de criticat şi de bârfit, nu voi mai avea nimic de spus!" *Exact!* Despre asta vorbeam şi eu.

Mulţi oameni mă întreabă: „Dacă nu voi mai crede în aceste simboluri şi dacă nu îmi voi mai investi credinţa în ele, cum voi mai putea comunica cu ceilalţi oameni? Cum voi putea supravieţui fără fundamentul cunoaşterii mele?" Puterea îndoielii funcţionează în mintea lor, devenind din ce în ce mai mare.

Dacă îți vei reaminti de cel care ai fost înainte de a învăța să vorbești, când erai la fel ca celelalte animale, vei constata că la acea vreme puteai comunica fără cuvinte, fără a-ți folosi intelectul. Amintește-ți de cel care ai fost cu mult timp în urmă, înainte de a învăța să vorbești, când erai tu însuți, cel autentic, și experimentează astfel adevărul. Pătrunde direct în inima ta și caută acolo adevărul care transcende cuvintele, sinele tău real. Dacă l-ai găsit, adu-l la suprafața ființei tale, cu toată puterea.

Punctul culminant al călătoriei către esența ta este acela în care te percepi în totalitate prin ochii adevărului. Atunci când îți vei putea vedea sinele autentic, te asigur că îți va plăcea ceea ce vei vedea. Vei sesiza atunci măreția prezenței tale, frumusețea ei minunată, perfecțiunea ta, iar această imagine îți va spulbera complet orice îndoială pe care ceilalți au sădit-o în mintea ta. Vei vedea atunci că ești o ființă de lumină, că ești una cu *viața*. Dacă îți vei accepta propria divinitate, vei deveni o reflectare mai bună a vieții.

Tu te afli aici pentru a te bucura de viață, nu pentru a suferi din cauza dramei provocate de importanța personală pe care ți-o dai. Această dramă nu are nimic de-a face cu *tine*, cel real, cu prezența ta. Tu te afli aici pentru a fi un visător, un artist, un clarvăzător, dar nu poți deveni un clarvăzător atât timp cât nu îți privești decât propria poveste, propriile răni, propria victimizare. Dacă încă te

mai focalizezi asupra rănilor pe care ţi le-a provocat mama acum 30 de ani, ori partenerul tău de viaţă, sau orice alt erou secundar din povestea ta, înseamnă că nu priveşti adevărul în faţă. Atât timp cât îţi vei focaliza atenţia asupra acestor drame existenţiale, dialogul cu tine va fi similar cu a vorbi cu un perete. Îţi sună cunoscut?

Înainte de a deveni un clarvăzător, tu eşti foarte departe de adevărata simplitate a vieţii şi crezi că ştii totul. Ai nenumărate opinii ferme, pe care încerci să le impui tuturor. Din perspectiva clarvăzătorului, realitatea se schimbă. Un clarvăzător vede cu uşurinţă ce pretind că sunt oamenii, ce manifestă ei şi cine cred ei că sunt. El ştie că aceste roluri nu au nimic de-a face cu adevărul. Ce pretind oamenii că sunt? Tu nu ai de unde să ştii, întrucât nu poţi citi în mintea eroilor secundari din povestea ta. De-abia dacă poţi afla cine pretinzi că eşti *tu*. Dincolo de aceste roluri se ascund însă oameni reali, pe care este imposibil să nu îi iubeşti. Ca şi tine, ei provin din infinitate. Omul real nu are nimic de-a face cu simbolurile pe care i le susură la ureche vocea cunoaşterii sale. El nu are nimic de-a face cu povestea vieţii sale.

Atunci când devii un clarvăzător, ceea ce poţi vedea este realitatea *de dincolo* de poveste. Îi înţelegi pe oameni chiar dacă ei înşişi nu se înţeleg pe sine. Desigur, ei nu te înţeleg, şi nici nu au cum, căci nu dispun încă de nivelul tău de conştiinţă. De aceea, ei nu ştiu de ce acţionează

așa cum o fac. Nu au nicio idee; doar supraviețuiesc. Nimeni nu îi obligă să îi creadă pe cei din jurul lor, dar ei îi cred totuși. În schimb, nu au niciun pic de încredere în ei înșiși. Nu au nicio idee cât de măreți sunt de fapt. Singurul lucru pe care îl văd ei este cunoașterea lor, care îi înconjoară de pretutindeni, ca o perdea de fum. Imaginează-ți cum ar fi să fii singurul om treaz într-o cameră înțesată de oameni beți criță. Ce ai putea discuta cu acești oameni? Cum i-ai putea crede? Orice ți-ar spune ei, tu știi din start că acesta nu este adevărul, întrucât cândva te-ai îmbătat și tu, iar atunci nu spuneai niciodată adevărul.

Luciditatea îți permite să îți dai seama cu ușurință cum s-au pregătit mințile lor să devină ceea ce au ajuns să fie. Pe de altă parte, simplul fapt că ești mai lucid ca ei nu înseamnă automat că ești și mai bun. Luciditatea nu te face cu nimic superior altora, nici mai inteligent. Ea nu are nimic de-a face cu inteligența. Știind perfect acest lucru, tu îți păstrezi smerenia. Pur și simplu, nu-ți pasă. Există însă două modalități de a „nu-ți păsa". Una le aparține victimelor din cadrul visului primei atenții, dar aceasta reprezintă o minciună, întrucât tuturor victimelor le pasă. Ele se simt foarte rănite. Rănile lor emoționale sunt pline de otravă, iar replica: „Nu-mi pasă" nu reprezintă altceva în cazul lor decât un mecanism de autoapărare. Sigur că le pasă, și sigur că tu nu le vei crede niciodată atunci când îți vor spune că nu le pasă.

Dacă vei deveni un clarvăzător, oamenii ți se vor părea extrem de previzibili. Îți vei da seama cu ușurință că toți oamenii din visul victimei sunt posedați de eroul principal din povestea lor. Acesta reprezintă *singurul* lor punct de vedere. Modul în care privesc ei viața este foarte îngust, deoarece convingerile lor acționează ca o oglindă care nu le arată decât lucrurile în care cred și care nu sunt adevărate. Acești oameni proiectează asupra ta lucrurile în care cred, dar tu nu mai interpretezi la modul personal aceste proiecții, întrucât știi din start că ele nu sunt adevărate. Îți dai imediat seama că proiecțiile lor asupra ta reflectă de fapt ceea ce cred despre *ei înșiși*, și știi acest lucru pentru că a existat o vreme când și tu făceai la fel.

Dacă vei deveni un clarvăzător, vei vedea tot ce își fac singuri ceilalți artiști, dar perspectiva ta va fi complet impersonală. Procesul de dezvățare te-a condus într-o zonă în care din povestea ta au dispărut judecătorul și victima. Tu știi în continuare că povestea ta este creată de tine, dar o privești de parcă i s-ar întâmpla altcuiva. Privești în mod similar toate poveștile oamenilor, toate simbolurile lor, fără ca acestea să te mai afecteze în vreun fel. Nimic nu te mai poate ofensa, căci ai devenit complet imun. Le vezi fețele celorlalți, îi iubești, dar ești conștient că ceea ce trăiesc ei nu aparține visului tău, ci viselor personale pe care și le creează singuri. Ești detașat, dar le respecți oamenilor visele, căci acestea reprezintă creația lor.

Cuvântul *respect* este extrem de frumos și reprezintă unul dintre cele mai importante simboluri pe care le putem înțelege. Imaginează-ți că nu ai mai auzit niciodată până acum acest cuvânt, că l-am inventat împreună și că ne propunem să îi stabilim semnificația. La fel ca în cazul oricărui alt simbol, noi trebuie să vedem dacă ne vom putea folosi sau nu de acesta. La fel ca numeroase alte simboluri, respectul începe întotdeauna cu noi înșine, după care trebuie proiectat asupra celor din jur și asupra întregii creații. Dacă nu ne respectăm pe noi înșine, cum i-am putea respecta pe alții?

Atunci când te respecți pe tine însuți, tu te accepți exact așa cum ești. La fel, atunci când îi respecți pe alții, tu îi accepți exact așa cum sunt. Atunci când respecți tot ce există în natură – animalele, oceanele, atmosfera, Pământul – tu accepți întreaga creație exact așa cum este. Atunci când ajungem în această lume, totul a fost deja creat. Lumea exterioară nu mai depinde de noi. Ea este deja creată, așa că merită să o respectăm. Am putea-o oare face mai bună? Poate, dar îmi vine greu să cred. Respectul se referă la acceptarea deplină a tuturor lucrurilor care există, exact așa cum sunt, nu așa cum ne-am dori noi să fie. Aceasta este una din semnificațiile cele mai importante ale cuvântului *respect*.

Atunci când te accepți pe tine exact așa cum ești, tu nu mai emiți judecăți critice împotriva ta. Atunci când

accepţi tot ceea ce există exact aşa cum este, nu mai emiţi judecăţi critice nici la adresa celorlalţi. În acest moment, se întâmplă ceva incredibil: îţi găseşti pacea interioară. Nu te mai simţi în conflict cu tine însuţi sau cu ceilalţi. Toate conflictele care există în lumea oamenilor se datorează lipsei de respect. Toate războaiele se datorează incapacităţii noastre de a le respecta celorlalţi artişti modul de viaţă. În loc să le respectăm drepturile, noi încercăm să le impunem propriile noastre convingeri. De aceea, în loc de pace, avem parte de război.

Respectul este ca un hotar. El merge mână în mână cu *drepturile* noastre. Orice fiinţă care există în Univers are propriile sale drepturi. Noi trăim într-o lume pe care o împărtăşim cu milioane de alte fiinţe, iar respectul este singura cale prin care putem trăi cu toţii în armonie, pace şi iubire.

În cadrul visului celei de-a doua atenţii, noi începem să ne creăm Paradisul personal, iar atunci când intrăm în visul celei de-a treia atenţii, viaţa noastră chiar *devine* acest Paradis. Paradisul este o împărăţie în care noi suntem cei care domnim. Eu trăiesc în propriul meu regat, iar acesta este un Paradis, dar nu a fost întotdeauna aşa. El nu a devenit un Paradis decât în momentul în care am renunţat să mai judec pe cineva (începând cu mine însumi) şi în care am învăţat să respect regatul celor din jurul meu. Al cincilea legământ se referă de asemenea la respect, întrucât

noi nu îi putem respecta pe ceilalți artiști decât atunci când *le ascultăm* povestea. În loc să încercăm să îi ajutăm să și-o scrie așa cum am dori, noi le permitem să și-o scrie așa cum doresc ei.

Eu nu voi scrie niciodată despre povestea ta, la fel cum nu voi permite niciodată ca altcineva să îmi scrie propria poveste. Eu îți respect mintea, visul, creația. Respect tot ceea ce crezi. Te respect prin faptul că nu îți spun cum să îți trăiești viața, cum să te îmbraci, cum să mergi, cum să vorbești și cum să faci orice altceva în regatul tău. Dacă aș încerca să te controlez în vreun fel, ar însemna că nu vă respect pe tine și regatul tău, iar între regatele noastre s-ar declanșa războiul. Prin însăși intenția de a te controla, eu mi-aș pierde propria libertate. Libertatea mea constă inclusiv în a te lăsa pe tine să fii cel care ești, așa cum dorești, fără a interfera în vreun fel. Nu este menirea mea să îți schimb ție realitatea virtuală în care trăiești. Singura mea menire constă în a mă transforma pe mine însumi.

Tu ești regele sau regina propriului tău regat. Acesta reprezintă creația ta, locul în care trăiești, și îți aparține întru totul. Tu visezi la regatul tău și acesta îți poate asigura fericirea absolută. Cum? Simplu. Mai întâi de toate, trebuie să înveți să îți respecți propriul regat. În caz contrar, el se va transforma în scurt timp într-un iad. În al doilea rând, trebuie să nu le mai îngădui celor din jur să îți trateze fără

respect acest regat. Exclude-i din regatul tău pe cei care îl tratează fără respect. La urma urmelor, este regatul *tău*, viaţa ta. Tu ai tot dreptul din lume să îţi trăieşti viaţa aşa cum doreşti, în felul tău, şi te asigur că nu există vreo manieră greşită de a-ţi trăi viaţa. Orice aşa-zisă manieră greşită de a trăi reprezintă o simplă judecată pe care ţi-o creezi singur.

Atunci când vei obţine victoria în războiul tău personal, tu nu vei mai judeca pe nimeni, iar judecăţile celorlalţi oameni nu te vor mai afecta. Desigur, vei continua să faci greşeli, la fel ca toţi oamenii, dar justiţia din mintea ta va fi perfectă. Nu vei plăti pentru aceste greşeli decât o singură dată. Chiar şi această pedeapsă va fi uşoară, căci tu eşti cel care ţi-o dai, iar acum te iubeşti necondiţionat pe tine însuţi.

Poate că aceste cuvinte vor trezi o reacţie la nivelul vocii care trăieşte în mintea ta. Poate că această voce va începe să viseze la o schimbare, la renunţarea la tiranie, la judecată şi la pedeapsă. Poate că ziua ultimei judecăţi este foarte aproape de tine. De fapt, acest lucru depinde numai de tine. Dacă îţi poţi convinge tiranul interior să nu te mai judece, în scurt timp totul se va schimba în viaţa ta.

Imaginează-ţi că în loc să îţi fie adversar, tiranul s-ar transforma în aliatul tău, şi că în loc să creeze tot timpul drame în viaţa ta, te-ar ajuta să îţi regăseşti pacea interioară. Atunci când tiranul interior se transformă într-un aliat, el nu se mai întoarce niciodată împotriva ta şi nu mai

încearcă să te saboteze niciodată. Dimpotrivă, te ajută să îți creezi viața pe care ți-o dorești. În acest caz, mintea devine un instrument atotputernic al spiritului și principalul său aliat. Rezultatul este un vis complet diferit: visul Paradisului personal.

În cadrul visului Paradisului, tu te abandonezi în totalitate în fața vieții, știind că totul este perfect așa cum este. Dat fiind că accepți tot ceea ce există, tu nu îți mai faci niciun fel de griji. Viața ta devine palpitantă, întrucât teama dispare complet. Tu știi că faci exact ce trebuie să faci și că tot ce s-a întâmplat în trecut a fost menit să se întâmple. Chiar și cele mai cumplite greșeli din trecutul tău au fost menite să se întâmple, conducându-te la o mai mare luciditate. Chiar și cele mai cumplite evenimente care continuă să ți se întâmple sunt menite să se întâmple, conducându-te către o și mai mare maturizare spirituală.

De fapt, care este cel mai cumplit lucru care ni se poate întâmpla? Moartea? La urma urmelor, cu toții vom muri, și nimeni nu poate împiedica acest proces. Până atunci, avem de ales: putem fie să ne bucurăm de viața noastră actuală, fie să îi opunem rezistență și să suferim. Orice rezistență opusă vieții este inutilă. Noi suntem programați să fim cei care suntem și nu putem fi altfel. Ce-i drept, în interiorul realității noastre virtuale, noi ne putem opune acestei programări, și astfel apar obstacolele și rezistența. Orice luptă reprezintă o formă de rezistență, și nu poate conduce decât la suferință.

Atunci când te abandonezi în totalitate în fața vieții, totul se schimbă ca prin magie. Tu te abandonezi practic în fața acelei forțe care se manifestă prin corpul și prin mintea ta, iar această perspectivă este fundamental diferită. De fapt, este un mod de viață în sine, în care *ești una cu viața*. Acest lucru te face fericit, întrucât fiind una cu viața, ești implicit una cu *adevărul*. De aceea, te simți fericit oriunde te-ai afla și orice ai face. Te bucuri de viață chiar și atunci când te simți plictisit. Te simți liber, iar aceasta este libertatea maestrului visător care nu mai este deloc atașat de visul său. Îți focalizezi atenția asupra visului tău, dar poți ieși din el oricând dorești. Visul exterior încearcă să îți capteze în permanență atenția, iar tu i-o acorzi, dar numai dacă și atunci când dorești acest lucru. Îți poți schimba visul oricând dorești, luând-o din nou de la început.

În orice clipă, tu poți opta pentru realitatea pe care dorești să o păstrezi și pentru cea la care dorești să renunți. În acest scop, nu mai ai nevoie de cuvinte, de o poveste personală (deși, dacă dorești, o poți crea). Nu mai acuzi acum întreaga lume pentru ceea ce ți se întâmplă în povestea ta, ci îți asumi responsabilitatea. La urma urmelor, tu ești artistul. De aceea, îți poți schimba povestea vieții personale ori de câte ori dorești acest lucru. Poți fi bogat sau sărac, după cum dorești. Poți fi faimos sau nu. De altfel, aceste lucruri nici nu contează prea mult. Personal, a fi faimos într-o lume a întunericului nu mi se pare un

ideal demn de urmat, la fel cum nu m-ar atrage niciodată ideea de a fi un conducător al iadului. Oricum, alegerea îţi aparţine. Dacă îţi asumi responsabilitatea pentru propria ta creaţie, tu poţi crea orice îţi doreşti. Îţi poţi rescrie oricând povestea vieţii. Îţi poţi recrea propriul vis. Dacă te vei decide să îţi creezi o lume plină de iubire, tu vei putea transforma toate dramele din viaţa ta în comedii romantice cu cel mai minunat *happy end*.

Poate că nu ţi-ai terminat povestea, şi cine ştie când o vei termina. De altfel, nici acest lucru nu contează. Într-adevăr, nu contează chiar atât de mult ceea ce doreşti să faci cu viaţa ta. Cât despre ceea ce doresc să facă ceilalţi cu viaţa lor, aceasta nu este treaba ta. Practic, nimic nu este foarte important, mai puţin un singur lucru: *viaţa* însăşi, sau *intenţia*, sau *Creatorul.* Creaţia este mai puţin importantă, întrucât oricum se schimbă zilnic, clipă de clipă, generaţie după generaţie. În schimb, viaţa este eternă. Visul tău actual nu va exista decât atât timp cât vei rămâne în acest corp. Când vei pleca din el, tu nu vei lua cu tine nimic din ce ai făcut în această lume, pentru că nu ai nevoie de nimic. Nu ai avut şi nu vei avea niciodată.

Asta nu înseamnă însă că nu vei mai crea în continuare. Tu vei continua să creezi, pentru că aceasta este natura ta. Indiferent unde te-ai afla, tu te afli întotdeauna în plin proces creator. Îţi vei exprima întotdeauna propria creativitate. Tu te-ai născut ca să fii un artist, iar arta ta este expresia spiritului tău, a forţei care te face să

fii cel care eşti. Tu ştii cât de puternic eşti, iar această putere este absolut reală. Ştii de asemenea tot ce ai învăţat, dar această cunoaştere nu este reală.

Adevărul se află chiar în faţa ta. A experimenta viaţa înseamnă a experimenta adevărul. Atunci când *vezi* adevărul, întreaga lume se schimbă. Menirea reală a vieţii constă în a *deveni* una cu adevărul, întrucât acesta este adevăratul tău sine. Ceea ce nu este adevărat nu contează. Singurele lucruri care contează sunt dorinţa ta de a cunoaşte adevărul şi iubirea ta faţă de acesta.



13

CELE TREI LIMBAJE

Ce fel de mesager ești?

Al cincilea legământ descrie cea mai avansată învățătură a toltecilor, întrucât ne pregătește să ne întoarcem la adevărata noastră esență, aceea de mesageri ai adevărului. Ori de câte ori vorbim, noi transmitem un mesaj, iar dacă nu transmitem adevărul, acest lucru se datorează faptului că nu suntem conștienți de esența noastră. Cele Patru Legăminte ne-au ajutat să redescoperim luciditatea și conștiința de sine, să devenim conștienți de puterea cuvântului nostru, dar adevăratul scop al vieții este al cincilea legământ, singurul care ne poate conduce dincolo de simboluri și care ne poate determina să ne asumăm responsabilitatea pentru

cuvintele noastre. Al cincilea legământ ne ajută să ne recuperăm puterea credinței pe care am investit-o în simboluri. Atunci când vom transcende aceste simboluri, puterea noastră va deveni incredibilă, întrucât va fi puterea artistului creator, a vieții, a *sinelui* nostru real.

Al cincilea legământ servește pentru *pregătirea mesagerilor* sau a *îngerilor*, după cum îmi place să o numesc, întrucât se referă la pregătirea mesagerilor care știu că au un mesaj de transmis. Cuvântul *înger* derivă din limba greacă și înseamnă „mesager". Îngerii chiar există, dar nu au nimic de-a face cu creaturile înaripate ale religiilor. Noi suntem cu toții mesageri, sau îngeri, chiar dacă nu avem aripi. Îngerii de care vorbesc religiile sunt doar un simbol, iar aripile lor se referă la faptul că pot zbura.

Într-adevăr, îngerii zboară și își transmit mesajele, dar adevăratul lor mesaj este viața sau adevărul. Din păcate, noi trăim într-o lume în care predomină foarte multe mesaje neadevărate, care nu au nimic de-a face cu viața. Lumea noastră este populată cu miliarde de mesageri, din care unii sunt înzestrați cu conștiință de sine, iar alții nu. În mod evident, marea majoritate nu sunt înzestrați cu această conștiință. Ei sunt programați să transmită un mesaj, dar nu știu acest lucru. Cei mai mulți dintre oamenii de pe Pământ nu au habar că simbolurile sunt propria lor creație. Ei nu știu de unde vine puterea simbolurilor, iar acestea din urmă au un control total asupra lor.

Ce fel de mesageri sunt ei? Răspunsul este evident, iar consecințele le putem vedea chiar în această lume. Este suficient să privim în jur pentru a vedea ce fel de mesageri sunt aceşti oameni. În acest context, al cincilea legământ devine chiar mai important. *Fii sceptic, dar învață să asculți.* Ce îi diferențiază pe aceşti mesageri? Conştiința de sine. Acesta este scopul procesului de pregătire a mesagerilor. El ne ajută să devenim conştienți de tipul de mesaj pe care îl transmitem lumii.

Din perspectiva toltecă, nu există decât trei modalități de a transmite un mesaj, sau numai trei limbaje reale care există în lumea oamenilor: limbajul bârfei, cel al luptătorului şi cel al adevărului.

Limbajul bârfei este cel pe care îl vorbesc majoritatea oamenilor. Toată lumea ştie să bârfească. Atunci când vorbim acest limbaj, mesajul nostru este distorsionat. Noi bârfim despre tot ceea ce ne înconjoară, dar mai ales despre noi înşine. Dacă ne ducem într-o altă țară, în care oamenii vorbesc o limbă diferită, constatăm că nu contează simbolurile pe care le folosesc. În realitate, ei vorbesc acelaşi limbaj ca şi noi, limbajul bârfei, creând ceea ce eu numesc marea *mitote*. În cadrul visului obişnuit, lipsit de luciditate, marea *mitote* preia în totalitate controlul asupra minții oamenilor şi creează toate neînțelegerile, toate interpretările distorsionate posibile ale cuvintelor.

Limbajul bârfei este limbajul victimei, al injustiției şi al pedepsei. Este limbajul iadului, căci orice bârfă este

alcătuită exclusiv din minciuni. Oamenii vor continua întotdeauna să bârfească, întrucât sunt programați să facă acest lucru până când același program îi mână să se trezească și să se transforme. În acest moment, ei se revoltă împotriva bârfei, iar în mintea lor se declanșează războiul dintre adevăr și minciuni.

Al doilea limbaj este cel al luptătorului. Atunci când vorbim acest limbaj, noi rostim când adevărul, când diferite minciuni, în funcție de starea noastră de luciditate din momentul respectiv. Uneori noi credem în minciuni, care ne conduc direct în iad, iar alteori credem în adevăr, care ne conduce în rai. Ceea ce caracterizează acest nivel este faptul că noi continuăm *să credem* în simboluri, acordându-le în continuare acestora putere asupra noastră. În calitate de luptători, noi sărim de la un vis la altul și ne trezim când în iad, când în rai. După cum îți poți imagina, limbajul luptătorului este de o mie de ori mai bun decât cel al bârfei, dar ambele limbaje corespund programului uman.

Cel de-al treilea limbaj este cel al adevărului. Cei care cunosc acest limbaj aproape că nu vorbesc. Pe acest nivel de conștiință, ei știu dincolo de orice îndoială că simbolurile pe care le folosim sunt create de noi. Ei se folosesc de simboluri și le acordă semnificație, dar numai atunci când doresc să comunice cu semenii lor, caz în care se folosesc de ele într-o manieră impecabilă, transmițându-și mesajul, care este chiar prezența lor. Pe acest nivel nu mai există

minciuni, căci maeştrii au atins conştiinţa perfectă de sine şi se percep pe ei înşişi ca fiind viaţa sau adevărul.

Limbajul adevărului este extrem de exclusivist şi aparţine unei elite restrânse. Este vorbit numai de maeştrii visători, adică de cei care au obţinut un control desăvârşit asupra visului lor. În lumea maeştrilor predomină muzica, arta şi frumuseţea. Maeştrii artişti sunt întotdeauna fericiţi. Ei sunt împăcaţi şi senini, şi se bucură sincer de viaţa lor.

Aceste trei modalităţi de comunicare sunt ceea ce eu numesc limbajele 1-2-3, A-B-C şi do-re-mi. Limbajul bârfei este 1-2-3 deoarece este simplu de învăţat şi este vorbit de toată lumea. Limbajul luptătorului este A-B-C deoarece este vorbit de cei care se revoltă împotriva tiraniei simbolurilor. Limbajul adevărului este do-re-mi deoarece este vorbit numai de maeştrii care nu mai aud altceva decât muzică în mintea lor, uitând complet de *mitote*.

Limbajul meu preferat este do-re-mi. În mintea mea predomină întotdeauna o temă muzicală, căci muzica distrage mintea, iar când mintea nu blochează calea, ceea ce rămâne este *intenţia* pură. Eu ştiu că muzica din mintea mea nu este altceva decât un vis, dar cel puţin nu gândesc şi nu îmi creez singur o poveste.

Desigur, atunci când doresc îmi pot crea o poveste, iar aceasta poate fi extrem de frumoasă. Îmi pot focaliza oricând doresc atenţia asupra simbolurilor şi mă pot folosi de acestea pentru a comunica cu ceilalţi oameni, sau pentru a-i asculta. De cele mai multe ori, prefer să le ascult

poveştile oamenilor. Aceştia îmi povestesc istorii pe care le consideră adevărate, iar eu ştiu că nu sunt. Oricum, le ascult, şi ştiu întotdeauna de unde provin ele. De multe ori, văd lucruri pe care oamenii nu le văd. Le văd *sinele* lor real, de care ei nu sunt conştienţi. Oamenii îşi pun măşti atât de complicate încât nu mai îmi bat demult capul cu ele, pentru că ştiu că adevărul lor lăuntric este altul. Sinele lor real este prezenţa lor, care este la fel de frumoasă ca orice alt lucru care există pe acest Pământ.

Atunci când vezi un trandafir deschis, prezenţa lui radiantă te face să fii fericit. Nu trebuie să îţi spui cât de frumos este, căci îi poţi vedea direct întreaga frumuseţe şi farmecul de neegalat. Îl miroşi, iar trandafirul nu îţi spune niciun cuvânt. Îi înţelegi mesajul, care este dincolo de cuvinte. Dacă te duci într-o pădure, poţi vedea cum păsările îşi vorbesc, cum copacii comunică, dar într-un alt fel de limbaj. Tot ceea ce există în natură comunică, dar într-o manieră lăuntrică, ce ţi se pare uimitoare. Lumea în care trăim este plină de mesageri. Te-ai gândit vreodată la acest lucru?

Ai observat vreodată că de când ai ajuns în această lume, tu ai transmis întotdeauna un mesaj? Chiar înainte de a te naşte, când mama ta şi-a dat seama că a rămas însărcinată, tu ai început să îţi transmiţi deja mesajul. Părinţii tăi ţi-au aşteptat nerăbdători venirea pe lume. Ei ştiau că se petrecea un miracol, iar atunci când te-ai născut, tu ai început imediat să îţi transmiţi mesajul personal, fără

niciun fel de cuvinte. Ei ți-au simțit prezența. Mama ta a dat naștere unui înger, iar mesajul tău erai chiar *tu*.

Tu ai fost dintotdeauna mesajul tău, pe care continui să îl transmiți inclusiv la ora actuală. Din păcate, acest mesaj a fost distorsionat de reflexiile celorlalți mesageri. Nu este vina lor, după cum nu este nici vina ta. De fapt, nu este vina nimănui. Distorsionarea mesajului este perfectă, pentru că în această lume nu există altceva decât perfecțiune. După ce ai crescut, tu ai devenit conștient, iar acum știi că ai opțiunea de a transmite un mesaj diferit. Tu poți opta pentru a reflecta mai bine viața, alegând un alt limbaj în care să comunici. Mesajul tău rămâne același, dar îl poți transmite mai explicit prin felul în care comunici cu tine și cu ceilalți oameni.

Și acum, doresc să îți pun o întrebare simplă. Aș vrea să înțelegi această întrebare și să nu lași vocea din mintea ta să răspundă la ea. Lasă aceste cuvinte să pătrundă direct în inima ta, acolo unde le poți simți semnificația și intenția dincolo de formă. Iată în ce constă această întrebare: *tu ce fel de mesager ești?* Nu este vorba de o judecată. Ci doar de o sămânță a îndoielii pe care încerc să o sădesc în mintea ta. Dacă vei înțelege întrebarea, această sămânță îți va schimba întreaga viață.

Tu ce fel de mesager ești? Ceea ce transmiți este adevărul, sau o minciună? Ceea ce percepi este adevărul, sau o minciună? Răspunsul nu poate fi decât una din aceste două alternative. Aceasta este esența problemei.

Toate conflictele din această lume, deopotrivă cele lăuntrice şi cele dintre oameni, se datorează transmiterii minciunilor şi faptului că oamenii le cred.

Tu ce fel de mesager eşti? Eşti un mesager al bârfei şi al minciunilor? Te simţi confortabil în mijlocul acestor bârfe şi al acestor minciuni, precum şi al dramelor care rezultă din ele? Asta le împărtăşeşti tu celor din jurul tău? Asta le predai tu copiilor tăi? Încă îţi mai învinovăţeşti părinţii pentru necazurile tale? Dacă da, îţi reamintesc că aceştia au făcut ce au ştiut mai bine la vremea respectivă. Chiar dacă te-au abuzat, nu a fost ceva personal împotriva ta. Comportamentul lor s-a născut din temerile lor, din convingerile lor greşite. În copilărie, au fost şi ei abuzaţi, şi nu au învăţat un alt tip de comportament. Este o reacţie în lanţ. Doreşti să devii şi tu o verigă a acestui lanţ, sau preferi să blochezi întregul proces?

Tu ce fel de mesager eşti? Eşti un luptător care oscilează între iad şi rai? Încă îi mai crezi pe oamenii care îţi spun că: „Acesta este adevărul"? Încă îţi mai crezi propriile minciuni? Ce fel de mesaj crezi că le transmiţi tu oamenilor pe care îi iubeşti cel mai mult, dacă mesajul pe care ţi-l transmiţi ţie te conduce în iad? Ce fel de mesaj crezi că le transmiţi copiilor tăi, pe care îi iubeşti atât de tare? Ce fel de mesaj le transmiţi soţului sau soţiei, părinţilor, fraţilor, prietenilor şi celorlalţi oameni din jurul tău?

Tu ce fel de mesager eşti? Dacă îmi vei spune ce fel de vis îţi creezi singur, eu îţi voi spune ce fel de mesager eşti. Cum te tratezi pe tine însuţi? Eşti blând cu tine? Te respecţi? Îi respecţi pe ceilalţi oameni? Ce simţi în ceea ce te priveşte? Cel puţin te simpatizezi? Eşti fericit atunci când te gândeşti la tine? Există vreo dramă sau vreo nedreptate în visul tău? Apare în el vreun judecător sau vreo victimă? Este el un vis populat de prădători şi de violenţe? Dacă da, înseamnă că visul tău îţi distorsionează mesajul. Judecătorul, victima şi celelalte voci din mintea ta distorsionează totul.

Chiar în această clipă tu îţi transmiţi ţie însuţi şi le transmiţi celor din jur un mesaj. Tu faci acest lucru întotdeauna, la fel cum ceilalţi oameni îţi transmit mesajul lor. Tu ce fel de mesaj transmiţi acestei lumi? Este el un mesaj impecabil? Îţi dai măcar seama că te foloseşti întotdeauna de simboluri?

Observă mesajele pe care le transmiţi. De unde provin cuvintele pe care le rosteşti? De la adevăr, sau de la vocea cunoaşterii, de la tiranul din mintea ta, de la marele judecător? Cine este cel care transmite mesajul tău? *Sinele* tău real? Îţi reamintesc că acest vis îţi aparţine. Dacă mesajul tău nu provine de la sinele tău, atunci cine îl transmite? Nu-i aşa că este o întrebare bună?

Îţi poţi da seama cât de mare este impactul pe care îl au cuvintele tale asupra celor din jur? Imaginează-ţi că vorbeşti cu un perete şi că nu te aştepţi în mod real ca el

să îți răspundă. De fapt, vorbești ca să te auzi vorbind singur, ca să sesizezi impactul pe care îl au cuvintele tale. În acest fel, mesajul tău îți devine din ce în ce mai clar, și implicit importanța impecabilității.

În continuare, folosește-ți imaginația pentru a-ți da seama ce fel de interacțiuni ai avut de-a lungul vieții tale cu ceilalți oameni. Sunt convins că ai nenumărate amintiri ale acestor interacțiuni cu semenii tăi. Oamenii îți transmit tot timpul mesajele lor, iar tu le percepi. Ce fel de mesageri sunt ceilalți oameni din viața ta? Ce fel de mesaje ți-au transmis de-a lungul vieții pe care ai trăit-o alături de ei? În ce fel te-au afectat aceste mesaje? Dintre toate mesajele pe care le-ai primit de la alții, cu câte dintre ele ai fost de acord, însușindu-ți-le? Pe câte dintre ele le-ai transmis mai departe? Pe câte dintre ele continui să le transmiți inclusiv la ora actuală? Cui au aparținut la origini aceste mesaje?

Conștientizează tipul de mesaje pe care le-ai transmis de-a lungul vieții tale, dar și tipul de mesaje pe care le-ai primit. Atunci când faci acest lucru, nu judeca pe nimeni (nici măcar pe tine). Limitează-te să îți pui întrebările: „*Ce fel de mesager sunt eu? Ce fel de mesageri sunt ceilalți oameni din viața mea?*" Răspunsul la aceste întrebări reprezintă un mare pas înainte pe calea măiestriei conștiinței de sine, a clarviziunii.

Atunci când devii conștient de mesajele pe care le transmiți și de cele pe care ți le transmit alți oameni, perspectiva ta se modifică dramatic. Tu începi să îți dai

imediat seama ce fel de mesaje îți transmit ceilalți și ce fel de mesageri sunt ei. Când conștiința ta se dilată încă și mai mult, tu începi să sesizezi cu claritate ce fel de mesaje le transmiți tu lor, respectiv ce fel de mesager ești. Îți dai imediat seama de efectul cuvintelor tale, al acțiunilor tale, al prezenței tale.

Tu transmiți întotdeauna un mesaj celor din jurul tău, dar mai presus de toate ție însuți. *În ce constă acest mesaj?* Este cel mai important mesaj dintre toate, întrucât îți afectează întreaga viață. Ești un maestru care transmite mesajul adevărului, sau o victimă care nu transmite decât minciuni? De fapt, nici nu contează prea mult dacă ești un maestru sau un simplu mesager al bârfei otrăvite, ori un luptător care oscilează între iad și rai. Cert este că tu transmiți informații care există în tine. Procesul nu este bun sau rău, corect sau greșit; pur și simplu, tu transmiți ceea ce știi, ceea ce ai învățat întreaga viață. Nu contează ce ai învățat și ce le-ai transmis altora.

Singurul lucru care contează este să fii cel care ești cu adevărat, să fii autentic, să te bucuri de viață și să iubești. Nu te limita doar la *simbolul* iubirii, pe care oamenii l-au distorsionat, ci fii una cu iubirea *reală*, cu acel sentiment care nu poate fi descris în cuvinte și care rezultă din identificarea cu *sinele* tău real. Amintește-ți întotdeauna că tu ești forța care creează tot ce există în Univers, care face ca florile să înflorească, ca vântul să bată, și care pune în mișcare Pământul, stelele și galaxiile. Oricare ar fi

mesajul tău, iubeşte-te aşa cum eşti, *tocmai* pentru că eşti cel care eşti. *Respectă-te* aşa cum eşti. Nimeni nu te obligă să te schimbi, decât doar dacă iubirea ta de sine devine atât de mare încât te decizi să schimbi mesajul pe care îl transmiţi celorlalţi.

Poate că până acum te-ai folosit în mod greşit de cuvinte, căci erai inocent şi îţi lipsea luciditatea. Dacă ai devenit conştient de sine şi totuşi continui să te foloseşti în mod greşit de cuvinte, scuza cu inocenţa nu mai este valabilă. Acum ştii exact ce faci, iar ceea ce faci este perfect, orice-ar fi, dar de data aceasta decizia îţi aparţine. Este alegerea ta. În acest caz, întrebarea de mai sus devine: ce fel de mesaj *preferi (optezi)* să transmiţi? Adevărul sau minciuna? Iubirea sau teama? Opţiunea mea este să transmit mesajul adevărului şi al iubirii. A ta care este?



EPILOG

Ajută-mă să transform această lume

Dacă mesajul pe care îl transmiţi nu te mai satisface şi dacă doreşti să devii un mesager al adevărului şi al iubirii, te invit să participi la un nou vis al umanităţii, în care *toţi* oamenii să trăiască în armonie, în adevăr şi în iubire.

În acest vis, oamenii sunt în egală măsură bineveniţi şi respectaţi, indiferent de religia sau de filozofia în care cred. Toţi oamenii au dreptul de a crede în orice doresc, de a urma religia sau filozofia pe care o preferă. Nu contează dacă ei cred în Iisus, în Moise, în Allah, în Buddha, în Brahma sau într-o altă divinitate ori într-un alt maestru. Toţi sunt în egală măsură bineveniţi să participe la acest nou vis colectiv. Nu mă aştept să crezi toate poveştile pe care ţi le-am spus, dar dacă acestea au trezit

în tine o rezonanță, dacă ai putut simți adevărul de *dincolo* de cuvintele mele, atunci îți propun să facem împreună un nou legământ: *Ajută-mă să transform această lume.*

Desigur, prima întrebare care apare este: „Şi cum ai de gând să transformi această lume?" Răspunsul este simplu: „Prin transformarea lumii *tale.*" Atunci când te rog să mă ajuți să transform această lume, eu nu mă refer la planeta Pământ, ci la lumea virtuală care există în mintea ta. De aceea, schimbarea începe cu tine. Dacă nu vei începe să îți schimbi propria lume interioară, tu nu mă vei ajuta cu nimic să schimb această lume.

Cum îți poți schimba lumea interioară? Simplu: iubindu-te pe tine însuți, bucurându-te de viață şi transformându-ți visul personal într-un vis al raiului. Dacă îți cer ajutorul, o fac pentru că tu eşti singurul care poate schimba lumea ta. Dacă te decizi să îți transformi această lume, calea cea mai uşoară constă în a folosi instrumentele pe care ți le-am descris în această carte, şi care țin în totalitate de bunul simț. Cele Cinci Legăminte sunt instrumentele ideale care te pot ajuta să îți transformi lumea interioară. Dacă *vei fi impecabil în tot ceea ce spui*, dacă *nu vei mai interpreta nimic la modul personal*, dacă *nu vei mai face presupuneri inutile*, dacă *vei face întotdeauna tot ce îți stă în puteri* şi dacă *vei fi sceptic, dar vei învăța să asculți*, în mintea ta nu va mai exista niciun război. Nu va mai domni decât pacea.

Dacă vei practica Cele Cinci Legăminte, lumea ta va deveni mai bună, iar tu vei dori să îți împărtășești această nouă fericire cu cei din jur, cu oamenii pe care îi iubești. Transformarea lumii nu se produce însă prin încercarea de a schimba eroii secundari din povestea ta. Dacă vrei să schimbi lumea în care trăiești, singura cale care îți stă la dispoziție constă în a-l transforma pe eroul principal din povestea ta. Dacă acesta se va transforma, eroii secundari vor începe să se transforme și ei, ca prin magie. Dacă tu te vei schimba, copiii tăi vor începe și ei să se schimbe, căci mesajul pe care li-l vei transmite va fi altul. La fel, mesajul pe care îl vei transmite soțului sau soției tale se va schimba. Relația ta cu prietenii se va transforma. Dar cel mai important lucru între toate, relația ta cu tine însuți se va schimba.

Atunci când schimbi mesajul pe care ți-l transmiți ție însuți, te simți automat mai fericit, și toți cei din jurul tău beneficiază de noua ta fericire. De aceea, efortul pe care îl faci acum nu îți va folosi numai ție, ci și celorlalți, căci bucuria, fericirea și raiul sunt contagioase. Atunci când te simți fericit, oamenii din jurul tău se simt și ei mai fericiți, iar transformarea ta îi inspiră să își schimbe la rândul lor propria lume interioară.

Noi, oamenii, avem dreptul prin naștere să ne bucurăm de iubire, de fericire și de frumusețe. Haide să ne bucurăm împreună de această lume, unii de ceilalți. Menirea noastră este să ne iubim reciproc, nu să ne urâm

unii pe ceilalţi. Haide să renunţăm la convingerea că diferenţele dintre noi ne dau dreptul de a ne simţi superiori sau inferiori unii altora. Aceasta este o minciună. Haide să nu ne mai temem că diferenţele între culoarea pielii noastre şi cea a pielii celorlalţi ne deosebesc de aceştia. Cui îi pasă ce culoare are pielea noastră? Şi aceasta este tot o minciună. Nimeni nu ne obligă să credem în continuare toate minciunile şi superstiţiile care ne-au guvernat până acum viaţa. A sosit timpul să punem capăt tuturor minciunilor şi superstiţiilor care nu ajută pe nimeni, să punem capăt fanatismelor de orice fel şi să ne întoarcem la adevăr, să fim mesagerii acestuia.

Noi avem un mesaj de transmis, iar acesta este menirea noastră. Când eram copii, am primit o moştenire de la părinţii şi de la strămoşii noştri. Am primit de la ei o lume minunată. A sosit acum rândul nostru să le oferim copiilor şi nepoţilor noştri o planetă pe care să poată trăi la fel de liniştiţi cum trăim noi astăzi. A sosit timpul să oprim distrugerea planetei, inclusiv distrugerea semenilor noştri. Oamenii pot trăi în armonie. Este de necrezut câte lucruri frumoase putem face dacă ne punem în cap acest lucru. Tot ce trebuie în acest scop este să fim conştienţi de ceea ce facem şi să ne întoarcem la autenticitatea noastră.

Eu ştiu că diferenţele dintre noi se datorează viselor noastre personale, dar dacă dorim, noi ne putem respecta reciproc aceste vise. Putem cădea de acord să cooperăm, pornind de la premisa că fiecare dintre noi este centrul

propriului său vis, că fiecare dintre noi are propriile sale convingeri, propria sa poveste, propriul punct de vedere. Există miliarde de puncte de vedere diferite, dar o singură lumină, o singură forță a vieții care se manifestă prin noi toți.

„Ajută-mă să transform această lume" este o invitație la autenticitate, la libertate. Deschide-ți inima și acceptă acest legământ. Eu nu îți cer să *încerci* să îți schimbi lumea interioară, ci să *o faci*. Treci la treabă chiar astăzi. Moștenirea pe care o vom lăsa copiilor și nepoților noștri poate fi una magnifică. Noi ne putem schimba modul de a gândi și le putem arăta copiilor noștri cum să se îndrăgostească de viață. Putem trăi într-un rai personal care să ne urmeze oriunde ne-am duce. Nu este deloc adevărat că ne-am născut pe această planetă pentru a suferi. Această frumoasă planetă nu este o vale a plângerii. Dacă vom înlocui vechile minciuni cu un nou mod de a gândi, planeta se va transforma într-un Paradis terestru.

Oriunde mă duc, aud oameni care susțin că noi am venit în această lume cu o misiune, că avem ceva important de făcut în această viață, că trebuie să transcendem ceva. Nu știu despre ce este vorba. Eu cred că noi am venit într-adevăr în această lume cu o misiune, dar nu de a transcende ceva, ci de a deveni fericiți. Fiecare om se simte fericit în propria sa manieră. Important este să ne bucurăm de fiecare moment din viața noastră, pornind de la premisa că mai devreme sau mai târziu corpul nostru fizic nu va mai exista, că nu ne-au mai rămas decât câteva răsărituri

şi câteva apusuri de care ne putem bucura. Aceasta este vremea noastră, în care putem fi pe deplin prezenţi, în care ne putem bucura de noi înşine şi unii de ceilalţi.

În ultimul secol, ştiinţa şi tehnologia s-au dezvoltat într-un ritm extrem de rapid, dar psihologia a rămas în urmă. A sosit timpul ca ea să le prindă din urmă. A sosit timpul să ne schimbăm cu toţii convingerile referitoare la mintea umană, iar acest lucru mi se pare o urgenţă absolută, căci odată cu dezvoltarea Internetului minciunile se pot răspândi într-un ritm infernal de rapid, iar lucrurile pot scăpa complet de sub control.

Va veni o vreme când oamenii nu vor mai crede deloc în minciuni. Chiar dacă procesul începe cu noi înşine, scopul final este de a transforma întreaga umanitate, nu doar propria noastră lume interioară. Pe de altă parte, cum am putea schimba lumea exterioară dacă nu ne-am schimba mai întâi lumea interioară? Desigur, cele două lumi nu sunt uşor de separat, aşa că trebuie să acţionăm în amândouă lumile simultan.

Haide să schimbăm împreună această lume, să câştigăm războiul din mintea noastră şi să transformăm planeta. De cât timp ar avea nevoie lumea ca să se transforme? De două generaţii? De trei? De patru? Adevărul este că nu contează. Nimeni nu ne grăbeşte de la spate, dar nici nu mai avem timp de pierdut. Ajută-mă să transform această lume.

Despre autori

DON MIGUEL RUIZ

Don Miguel Ruiz este autorul bestsellerurilor la nivel internațional: *Cele Patru Legăminte*, (bestseller al ziarului *New York Times* timp de șapte ani la rând), *Arta de a iubi* și *Vocea cunoașterii*. Cărțile sale s-au vândut în peste șapte milioane de exemplare numai în Statele Unite și au fost traduse în zeci de limbi străine din lumea întreagă. Timp de trei decenii, don Miguel și-a împărtășit amestecul unic de înțelepciune străveche și cunoaștere modernă prin intermediul conferințelor, al seminarelor și prin călătoriile pe care le organizează către locurile sacre ale lumii.

DON JOSE RUIZ

Don Jose Ruiz a crescut într-o lume în care orice era posibil. Din clipa în care a început să vorbească, el a devenit

ucenicul tatălui său, *nagualul* (şamanul) don Miguel Ruiz, şi al bunicii sale *curandera* (vindecătoare), Maica Sarita. În adolescenţă, a călătorit în India pentru a studia acolo cu prieteni de-ai tatălui său, iar la vârsta de 23 de ani a devenit succesorul liniei genealogice a familiei sale. În spiritul tradiţiei rămase de la strămoşii săi, don Jose şi-a consacrat viaţa transmiterii mai departe a învăţăturilor toltece străvechi. În ultimii şapte ani, el a ţinut conferinţe şi seminare în Statele Unite şi a călătorit împreună cu tatăl său în diferite locuri sacre ale lumii.

Pentru informaţii suplimentare referitoare la programele oferite de don Miguel Ruiz, de don Jose Ruiz şi de don Miguel Ruiz Jr., vizitaţi adresa de web:

www.miguelruiz.com

JANET MILLS

Janet Mills este redactor la editura Amber-Allen Publishing, a cărei membră fondatoare este. A publicat în calitate de coautoare cărţile din seria Înţelepciunii Toltece semnate de don Miguel Ruiz. A publicat de asemenea cartea lui Deepak Chopra, *Cele şapte legi spirituale ale succesului*, bestseller internaţional care s-a vândut în peste două milioane de exemplare. Misiunea ei în viaţă este să publice cărţi care să transmită mesajul frumuseţii, al integrităţii şi al înţelepciunii, şi să-i inspire pe alţii să-şi împlinească cele mai frumoase vise.

Alte lucrări de Don Miguel Ruiz

Cele Patru Legăminte

Având la bază străvechea înțelepciune toltecă, Cele Patru Legăminte propun un nou cod de comportament care ne poate transforma rapid viața, permițându-ne să facem experiența noi cunoașteri, a iubirii, libertății și fericirii.

Cele Patru Legăminte – Ghid practic

În această carte veți găsi idei noi, care vă vor ajuta să aplicați în practică, zilnic, și să depășiți piedicile legate de aplicarea cotidiană a Celor Patru Legăminte, precum și povestiri adevărate ale celor care le-au aplicat, transformându-și astfel viața.

Arta de a iubi

În această lucrare, don Miguel Ruiz ne dezvăluie cauzele dezamăgirilor emoționale, cum să ne vindecăm rănile create, care reprezintă dreptul nostru prin naștere. Și

urmând tatălui său, nagualul (șamanul) don Miguel Ruiz și al bunicii sale, curandera (vindecătoare), Madre Sarita. În adolescență, a călătorit în India pentru a studia acolo cu prieteni de-ai tatălui său, iar la vârsta de 23 de ani a devenit succesorul liniei genealogice a familiei sale. În spiritul tradiției rămase de la strămoșii săi, don Jose ține conferințe, continuând astfel transmiterea mai departe a învățăturilor toltece străvechi. În ultimii șapte ani, el a ținut conferințe și seminarii în Statele Unite și a călătorit împreună cu tatăl său în diferite locuri sacre ale lumii.

Pentru informații suplimentare referitoare la programele oferite de don Miguel Ruiz, de don Jose Ruiz și de don Miguel Ruiz Jr., vizitați adresa de web:

www.miguelruiz.com

JANET MILLS

Janet Mills este redactor la editura Amber-Allen Publishing, a cărei membră fondatoare este. A publicat în calitate de redactor cărțile din seria Înțelepciunii Toltece scrise de don Miguel Ruiz. A publicat de asemenea cartea lui Deepak Chopra, Cele șapte legi spirituale ale succesului, bestseller internațional care s-a vândut în peste două milioane de exemplare. Misiunea ei în viață este să publice cărți care să transmită mesajul iubirii, al inspirației și al înțelepciunii, și să-i inspire pe alții să-și îndeplinească cele mai frumoase vise.

Alte lucrări de don Miguel Ruiz

Cele Patru Legăminte

Având la bază străvechea înțelepciune toltecă, Cele Patru Legăminte reprezintă un mod de comportament care ne poate transforma rapid viața, permițându-ne să trăim experiențe noi, cum ar fi eliberarea, adevărata fericire și iubirea.

Cele Patru Legăminte – Ghid practic

În această carte veți găsi idei noi, care pot fi transpuse în practică, întrebări și răspunsuri legate de aplicarea concretă a Celor Patru Legăminte, precum și povești adevărate ale celor care le-au aplicat, transformându-și astfel viața.

Arta de a iubi

În această lucrare, don Miguel Ruiz ne învață cum să ne vindecăm rănile emoționale, cum să ne regăsim bucuria de a trăi, care reprezintă dreptul nostru prin naștere, și

cum să redobândim spiritul jocului, absolut vital într-o relaţie de iubire.

Cele Patru Legăminte: O colecţie a înţelepciunii toltece

Set de trei cărţi care oferă cele mai populare lucrări ale lui don Miguel Ruiz, *Cele Patru Legăminte, Arta de a iubi* şi *Vocea cunoaşterii.*

Rugăciuni de comuniune cu Creatorul

Reprezintă o frumoasă colecţie de rugăciuni (inclusiv populara rugăciune intitulată *Cercul de Foc),* la care se adaugă diferite metode de meditaţie şi explicaţii menite să îţi inspire şi să îţi transforme viaţa.

Vocea cunoaşterii

În această carte de căpătâi, Ruiz ne reaminteşte un adevăr simplu, dar extrem de profund: singura modalitate prin care putem pune capăt suferinţei noastre emoţionale, începând să ne bucurăm din nou de viaţă, constă în a refuza să mai credem în minciuni, îndeosebi în cele referitoare la noi înşine.

Cărţile de joc ale Înţelepciunii Toltece

Fiecare pachet de cărţi conţine 48 de cărţi de joc frumos ilustrate, care includ adevărate nestemate ale înţelepciunii preluate din cele trei bestselleruri ale lui don Miguel Ruiz, *Cele Patru Legăminte, Arta de a iubi* şi *Vocea cunoaşterii.*

cum să redobândim spiritul jocului, absolut vital într-o relaţie de iubire.

Cele Patru Legăminte: O colecţie a Înţelepciunii toltece

Set de trei cărţi care oferă cele mai populare lucrări ale lui don Miguel Ruiz: *Cele Patru Legăminte, Arta de a iubi* şi *Vocea cunoaşterii*.

Rugăciuni: de comuniune cu Creatorul

Reprezintă o frumoasă colecţie de rugăciuni (inclusiv populara rugăciune intitulată *Cercul de Foc*), la care se adaugă diferite metode de meditaţie şi explicaţii menite să îţi inspire şi să îţi transforme viaţa.

Vocea cunoaşterii

În această carte don Miguel Ruiz ne reaminteşte un adevăr simplu, dar extrem de profund: singura modalitate prin care putem pune capăt suferinţei noastre emoţionale, începând să ne bucurăm din nou de viaţă, constă în a refuza să mai credem în minciunile îndeosebi în cele referitoare la noi înşine.

Cărţile de joc ale Înţelepciunii Toltece

Fiecare pachet de cărţi conţine 48 de cărţi de joc frumos ilustrate, care includ adevărate quintesenţe ale înţelepciunii extrase din cele trei bestseller-uri ale lui don Miguel Ruiz: *Cele Patru Legăminte, Arta de a iubi* şi *Vocea cunoaşterii*.

Imaginează-ți că trăiești o viață complet diferită, în care ești liber să fii cel care ești tu cu adevărat, că nu mai trebuie să îți guvernezi viata în funcție de ceea ce gândesc despre tine ceilalți oameni.

Imaginează-ți că iți poți trăi viața fără a te judeca singur și fără a-i judeca pe ceilalți oameni, dar și fără teama de a fi judecat, că te accepți în totalitate așa cum ești și că îi accepți pe toți ceilalți așa cum sunt.

Imaginează-ți că duci o viață în care nu cunoști conflictele interioare, dar nici cele cu ceilalți oameni, că te respecți pe tine însuți, dar și pe ceilalți, și că aceștia te respectă la rândul lor.

Imaginează-ți că duci o viață în care nu te temi să te manifești așa cum dorești sau să îți asumi riscul de a explora aspectele necunoscute ale vieții, că trăiești fără teamă, fără să simți vinovăția, rușinea sau regretele.

Imaginează-ți că te iubești necondiționat așa cum ești, că îți iubești necondiționat corpul și emoțiile, exact așa cum sunt.

Imaginează-ți cât de fericit ai fi și cât de mult te-ai bucura de viață dacă ai putea trăi exact așa cum ești. Imaginează-ți cât de mare ar fi libertatea personală de care te-ai bucura.

Acest mod de viață este în totalitate posibil și îți stă întru totul la dispoziție. Există alți oameni care l-au realizat deja. De ce nu ai face-o și tu? Aplică Cele Cinci Legăminte și transformă-le într-un mod de viață, iar în scurt timp vei trăi într-un vis personal al raiului.



În cartea *CELE PATRU LEGĂMINTE*, bestseller al ziarului New York Times timp de șapte ani la rând, don Miguel Ruiz ne-a explicat cum procesul educativ sau de „domesticire", după cum îl numește el, ne-a făcut să uităm de înțelepciunea cu care ne-am născut. De-a lungul vieții, noi facem nenumărate legăminte care se împotrivesc bunăstării noastre și care ne provoacă o suferință inutilă. Cele Patru Legăminte ne ajută să rupem aceste legăminte limitatoare și să le înlocuim cu altele, care ne pot conduce către fericire, libertate și iubire.

În cartea de față, don Miguel Ruiz împreună cu fiul său, don Jose Ruiz, ne oferă o perspectivă nouă asupra Celor Patru Legăminte, dar mai ales ne oferă un al Cincilea Legământ, foarte puternic, care ne poate ajuta să ne transformăm viața într-un rai personal. *AL CINCILEA LEGĂMÂNT* ne conduce pe un nivel mai profund de luciditate și de înțelegere a puterii Sinelui nostru, și ne ajută să ne întoarcem la autenticitatea cu care ne-am născut. În această continuare la cartea care a schimbat viețile a milioane de oameni din întreaga lume, cei doi autori ne reamintesc că cel mai mare dar pe care ni-l putem face singuri este libertatea de a fi cei care suntem cu adevărat.



www.divin.ro



ADEVĂR

DIVIN